পাক-প্রণালী।

বা

সন্দেশ ও মিঠাই।

পণ্ডিত শ্রীপঞ্চানন রায় চৌধুরী কর্ত্তৃক
অনুবাদিত।

…বেন্দ্রলাল দাস ঘোষ কর্ত্তৃক প্রকাশিত।

তা টালা ৩৬নং বনমালী চাটুর্জীর ষ্ট্রীটে কৃষ্ণভাবিনী-প্রেসে
শ্রীযামিনী চন্দ্র মজুমদার দ্বারা মুদ্রিত।

সন ১৩০৯ সাল।

সূচীপত্র।

সূচীপত্র।

সূচীপত্র সমাপ্ত।

বিবিধ প্রকার

পাক-প্রণালী।

বা

সন্দেশ ও মিঠাই।

প্রথম অধ্যায়।

দেশীয় রন্ধন।

ইংরাজী সভ্যতার প্রভাবে, মিস্‌বাবাদের কল্যাণে, আমাদের গৃহলক্ষ্মীরা রন্ধনটাকে নিকৃষ্ট কার্য্য বলিয়া বিবেচনা করেন। তাহারা উল্‌ বুনিয়া ও নভেল পাঠ করিয়া সময় অতিবাহিত করিতে নিতান্ত ভালবাসেন। রন্ধন যে স্ত্রীলোক-দিগের প্রধান কর্ত্তব্য, তাহা কালপ্রভাবে একরকম বিস্মৃত হইয়াছেন। রন্ধনপটু সেকালের গৃহিণীগণ প্রায় তিরোভাব হইতেছে, সেইজন্য রন্ধন সম্বন্ধে পুস্তক প্রণয়ন নিতান্ত আবশ্যক হইয়া পড়িয়াছে। বিশেষ সাধারণতঃ বাঙ্গালী খাটিবার

জন্য সৃষ্ট হইয়াছে, না খাটিলে তাহাদের দিন-পাত হওয়া দুষ্কর। আহারের সঙ্গে দেহের অতি ঘনিষ্ট সম্বন্ধ; সেই আহার্য্য দ্রব্য রসনা তৃপ্তকর ও সুস্বাদু করিতে না পারিলে স্বাস্থ্যরক্ষা হয় না, সেইজন্য নানাবিধ দেশীয় ও বিদেশীয় রন্ধন-প্রণালী, উপাদেয় মিষ্টান্ন প্রস্তুতের উপায় এই পুস্তকে সন্নিবিষ্ট হইয়াছে। ইহার সাহায্যে গৃহিণীরা গৃহে নানাপ্রকার উপাদেয় আহার্য্য দ্রব্য প্রস্তুত করিয়া আত্মীয়জনের মনোরঞ্জন করিতে সমর্থ হইবেন। আর কাহারো নিকট উপদেশ গ্রহণ করিতে হইবে না।

বিনীতভাব প্রদর্শন করিলে দেবতা ও মনুষ্য উভয়েই নিতান্ত পরিতুষ্ট হইয়া থাকেন, সেই-জন্য মনুষ্যদেহে বিনয় একটী শ্রেষ্ঠ গুণ বলিয়া কীর্ত্তিত হইয়াছে। বিশেষ বিনীতব্যক্তি সকল বিষয়েই কৃতকার্য্য হইয়া থাকেন। সেইজন্য রন্ধনের পুর্ব্বে প্রজ্জ্বলিত উনুন মধ্যে একটী পান সুপারি ও কিঞ্চিৎ ঘৃত চিনি নিক্ষেপ পুর্ব্বক ভক্তিভাবে অগ্নিদেবকে প্রণাম করা কর্ত্তব্য, তাহা হইলে নিশ্চয় রন্ধনের উৎকর্ষ সাধিত হইবে। আলোকপ্রাপ্তা সুশিক্ষিতা ভগিনীরা এই স্থানটী পাঠ করিয়া, কখনই হাস্য সম্বরণ করিতে পারি-

বেন না, কিন্তু কি করিব, ষোল আনা সভ্য হওয়া আমাদের ভাগ্যে ঘটিয়া উঠে না সেই জন্য পৌত্তলিকতার প্রশ্রয় দিতে বিরত হইলাম না। ভরসা করি আমাদের এই গুরুতর অপরাধ তাঁহাদের স্বভাবসিদ্ধ উদারতা প্রভাবে ক্ষমা করিতে কুণ্ঠিত হইবেন না।

আমাদের অন্নগত প্রাণ, অন্ন না হইলে আমাদের একদিন চলে না, কারণ ইহা আমাদের দেশের জল বায়ুর উপযোগী, কাজেই সহজে পরিপাক হইয়া থাকে। যদিও সকলেই অন্ন রন্ধন করিতে জানেন, কিন্তু তথাপি প্রসঙ্গাধীন বলিয়া আমরা পরিত্যাগ করিতে পারিলাম না।

সহজ অন্ন রন্ধন প্রণালী।

যাহার যে পরিমাণ অন্নের আবশ্যক, তদুপযুক্ত চাউল লইয়া প্রথমতঃ পরিস্কৃত জলে ধুচুনি করিয়া তিনবার উত্তমরূপে কচলাইয়া ধুইতে হইবে, তাহার পর ধুচুনিটা একটু কাৎ করিয়া রাখিবে, কারণ তাহা হইলে সমস্ত জল ঝরিয়া যাইবে। জল ঝরিয়া গেলে যে পরিমাণ চাউল, তাহার দেড়া জল হাঁড়িতে দিয়া জালে চড়াইবে। জল গরম হইলে ধোওয়া চাউলগুলি

তাহাতে দিয়া, কাটী দ্বারায় একবার নাড়িয়া একখানি সরা চাপা দিবে। সরাখানি এরূপ-ভাবে চাপা দিবে, যেন হাঁড়ি একেবারে বন্ধ না হয়, কিঞ্চিৎ ফাঁক থাকে, তাহার পর ভাত উৎলাইলে সরা নাবাইয়া উত্তমরূপে কাটি দিবে। ভাত ফুটীতে ফুটীতে যখন দেখিবে ছোট রকমের ফুট ধরিয়াছে সেই সময় হাতা কি কাটি দিয়া দুই একটী টিপিয়া দেখিবে, যে তাহার মধ্যে মাজ্ আছে কি না। টিপিয়া ধরিলে যখন গলিয়া যাইবে, তখন বুঝিবে ভাত সুসিদ্ধ হইয়াছে। তাহার পর রন্ধন পাত্রের মুখে সরা দিয়া ফেণ গড়াইবে, যখন দেখিবে আর ফেণ পড়িতেছে না সেই সময় একবার কাটি দিয়া নামাইয়া রাখিবে। দেশী চাউল অপেক্ষা বালাম কি দাদ্খানি চাউল একটু অধিক ফুটিয়া থাকে; কিন্তু প্রক্রিয়ার কোন ইতর বিশেষ নাই।

হলদে ভাত।

এই হলদে ভাত অতি সহজ উপায়ে প্রস্তুত হইতে পারে, ব্যয়ের তেমন আধিক্য নাই, অথচ ইহা সুস্বাদে প্রায় পলান্নের সমকক্ষ। পাঠক মহাশয়েরা যদি সামান্য চেষ্টায় ও অল্পব্যয়ে

রসনাকে তৃপ্ত করিতে ইচ্ছা করেন তাহা হইলে এই অন্ন প্রস্তুত করিয়া আহার করিবেন, পলান্ন ভোজনের ক্ষোভ অনেক পরিমাণে নিবারণ হইবে, ইহা প্রস্তুত করিতে হইলে যদি চাউল ৴১ সের হয় তাহা হইলে ৷৴০ আদপোয়া ঘৃত ৴৷ এক পোয়া বাতাসা ও ৷৴১০ আড়াই আনা কুস্কুম এবং খানকয়েক তেজপাতের আবশ্যক।

(প্রক্রিয়া)

প্রথমে চাউল গুলিকে উত্তমরূপে ধুইয়া শুকাইয়া লইবে, তাহার পর গরম জলে দিয়া আধসিদ্ধ হইলে ফেণ গড়াইয়া নামাইয়া রাখিবে। তাহার পর অন্য আর একটা হাঁড়ি চড়াইয়া তাহাতে সমস্ত ঘৃতটুকুন ঢালিয়া জ্বাল দিবে, গেঁজা মরিয়া গেলে, তেজপাতা বাটা ও কুস্কুম এক পোয়া দুধে গুলিয়া তাহাতে নিক্ষেপ পূর্ব্বক উত্তমরূপে নাড়িবে, যে সময় হাঁড়ির ভিতর হইতে ধোঁয়া উঠিবে, সেই সময় অগ্রে বাতাসা তারপর সেই আদসিদ্ধ ভাতগুলি ঢালিয়া উত্তমরূপে একবার কাটী দিয়া সরা চাপা দিবে। দশ মিনিট পরে, জ্বাল হইতে নামাইয়া দমে বসাইবে। অর্থাৎ অঙ্গারের উপর হাঁড়ি বসাইয়া, মুখের সরাতেও আগুণ পূর্ণ করিয়া রাখিবে, তাহা

হইলেই হলদে ভাত প্রস্তুত হইবে। ইহা কিরূপ উপাদেয় হয়, তাহা একবার স্বাদ গ্রহণ করিলেই পাঠক পাঠিকারা বুঝিতে পারিবেন।

খিচুড়ি প্রস্তুত করণ।

চাউল ও ডাল সমপরিমাণ হইলে খিচুড়ি উত্তম হইয়া থাকে। ভাজা কলাই ডাল, মুগ কিম্বা খাড়িমসুর খিচুড়ির পক্ষে প্রশস্ত. এক সের চাউল ও একসের ডাল হইলে আড়াই সের জল চড়াইবে। জল গরম হইলে প্রথমে চাউলগুলি উত্তমরূপে ধুইয়া সেই গরম জলে দিবে, তাহার কিছুক্ষণ পরে ডালগুলি ঢালিয়া দিবে। যখন দেখিবে ডাল চাল মিশ্রিত হইয়া বেশ ফুটিতেছে, সেই সময় লঙ্কা. হলুদ, জিরা-মরিচ, ধনে ও তেজপাত পরিমাণমত বাটীয়া তাহাতে দিয়া উত্তমরূপে কাটী দিবে। এই সময় অতি সাবধানে কাটী দেওয়া কর্ত্তব্য, কারণ খিচুড়ি ধরিয়া গেলে নিতান্ত দুর্গন্ধ ও বিস্বাদ হইয়া যায়। যখন কাটী দিয়া চাল তুলিয়া টিপিয়া দেখিবে যে চাল প্রায় সিদ্ধ হইয়াছে, সেই সময় পরিমাণমত লবণ কিছু অধিক পরিমাণ ঘৃত ঢালিয়া উত্তমরূপে নাড়িয়া নামাইয়া রাখিবে।

খিচুড়ি গরম গরম আহার করা কর্ত্তব্য। ঠাণ্ডা হইলে আস্বাদনের ব্যতিক্রম হইয়া থাকে।

ভুনি খিচুড়ি।

এই ভুনি খিচুড়ি সমধিক উপাদেয় ও রসনার তৃপ্তিকর হয় বটে, কিন্তু ইহা কিঞ্চিৎ গুরুপাক হইয়া থাকে। সেইজন্য যাহাদের পরিপাক শক্তির হ্রাস হইয়াছে কি অম্লরোগাক্রান্ত, তাঁহাদের পক্ষে এই খিচুড়ি ভক্ষণ ততদূর যুক্তি-যুক্ত নহে। ইহার রন্ধন প্রণালী এইরূপ।

এই খিচুড়িতে দাদ্‌খানি চাউলই প্রশস্ত। একসের চাউল হইলে, একসের উত্তম সোণা-মুগের ডাল লইবে। প্রথমে হাড়িতে আদপোয়া ঘৃত দিয়া তাহাতে গোটাতিনেক ছোট এলাচ, দুই আনা ভোর লবঙ্গ, এক আনা দারুচিনি ও খানচেরেক তেজপাতা ভাজিয়া, ডালগুলি উত্তমরূপে কসিয়া লইবে এবং জ্বাল হইতে নামা-ইয়া রাখিবে। তাহার পর অন্য একটা হাড়িতে অল্প ঘিয়ে চালগুলি চমকাইয়া নয় পোয়া জল ঢালিয়া দিবে। যখন চাউল গুলিতে ফুট্ ধরিবে, সেই সময় ডালগুলি ঢালিয়া উত্তমরূপে কাটী দিতে আরম্ভ করিবে। যে সময় হাড়ির মধ্য

হইতে সো সো শব্দ হইতে থাকিবে, সেই সময় আদকাঁচ্চা হলুদ, আদকাঁচ্চা লঙ্কা, এক ছটাক ধনে, তিন কাঁচ্চা জিরেমরিচ ও এক ছটাক লবণ তাহাতে দিয়া উত্তমরূপে কাটী দিতে আরম্ভ করিবে, এবং সরা ঢাকা দিয়া রাখিবে। তারপর যখন কাটী দিয়া চাউল তুলিয়া দেখিবে যে বেশ সুসিদ্ধ হইয়াছে, সেই সময় পাঁচগণ্ডা, লবঙ্গ এক পাই ওজন দারুচিনি ও পাঁচ সাতটা ছোট এলাচ বাটীয়া তাহাতে দিবে, এবং অর্দ্ধপোয়া ঘৃত ঢালিয়া দিবে। গাওয়া ঘৃত হইলে খিচুড়ির স্বাদ আরো উত্তম হইয়া থাকে। এই খিচুড়ি মৃদু মৃদু জ্বালে রন্ধন করা কর্ত্তব্য কারণ তাহা হইলে ধরিয়া যাইবার আশঙ্কা থাকে না। উনুন হইতে নামাইয়া খানিকক্ষণ দমে বসাইয়া তাহার পর পরিবেশন করিবে।

ভাজা ভাত।

গুরুপাক পলান্ন যাহাদের সহ্য হয় না, তাহারা এই ভাজা ভাত অনায়াসে ভক্ষণ করিতে পারেন। ইহার স্বাদ পলান্ন অপেক্ষা ন্যূন নহে, অথচ স্বল্প পরিশ্রমে ও সামান্য ব্যয়ে ইহা প্রস্তুত হইয়া থাকে। প্রথমতঃ কিছু অধিক জলে অন্ন

রাখিয়া উত্তমরূপে যাড় গালিয়া রাখিয়া দিবে। তাহার পর একখানি কড়ায় এক ছটাক ঘৃত দিয়া অল্প জ্বালে চড়াইবে, ঘৃত যখন বেশ পাকিয়া আসিবে, সেই সময় তেজপাতা, লবঙ্গ, ছোট এলাচের দানা, বাদাম কিস্‌মিস্‌ ও পেস্তা তাহাতে নিক্ষেপ করিয়া উত্তমরূপে নাড়িতে থাকিবে, যখন সেই মসলা গুলির রং বাদামী হইবে, সেই সময় পূর্ব্ব প্রস্তুত অন্নগুলি অল্প চিনি ও লবণ মিশাইয়া তাহাতে ঢালিয়া দিয়া কাটী দিতে আরম্ভ করিবে। তবে জ্বাল অতি মৃদু হওয়া আবশ্যক, কারণ তীব্র জ্বালে ভাত গুলি ক্ষরিয়া গেলে আস্বাদনে ঈষৎ তিক্ত হইয়া থাকে। টাট্‌কা গাওয়া ঘি হইলে ভাজা ভাত আরো উপাদেয় হইয়া থাকে। গরমমশলা এবং বাদাম, পেস্তা ভোক্তার রুচী ও স্বাস্থ্য অনুসারে ব্যবস্থা করিবে।

শাকের ঘণ্ট।

শাকের ঘণ্ট উপেক্ষার বস্তু নহে। ইহা উত্তমরূপে রন্ধন করিতে পারিলে, সুধাসম সুস্বাদ হইয়া থাকে। আমাদের দেশে ভোজে ইহা মুখপাৎ স্বরূপ ব্যবহৃত হয় ধনী দরিদ্র কেহই

ইহাকে ঘৃণা করেন না। ফলতঃ ইহা যেমন রস-নার তৃপ্তকর, তেমনি স্বাস্থ্যের উপযোগী, উদর পূর্ণ করিয়া আহার করিলেও কোন অগুণ করে না। তবে উত্তমরূপে রন্ধন করিতে না পারিলে তেমন সুস্বাদ হয় না।

সকল প্রকার শাকেই ঘণ্ট হইয়া থাকে, তবে পালোম ও চাপানটে ঘণ্টোর পক্ষে প্রশস্ত। শাকের ঘণ্ট করিতে হইলে এই সকল উপকরণ সংগ্রহ করিতে হয়, যদি একসের আন্দাজ শাক হয়, তাহা হইলে আলু বেগুণ, কড়াইসুটী প্রভৃতি তরকারি, এক পোয়া বড়ি, একছটাক হলুদ, এক মাষা (আট রতিতে এক মাষা হয়) জিরে এক তোলা, মরিচ চারি মাষা, ধনে এক তোলা পিটুলি এক তোলা, ঝুনো নারিকেল কোরা, আদ ছটাক, দুদ এক ছটাক, চিনি আদ ছটাক তেজপাতা দুই মাষা লবঙ্গ এক মাষা, ঘৃত এক ছটাক, আদা এক তোলা ও লবণ দুই তোলা মাত্র।

প্রথমে গরম মসলা গুলি গুড়া করিয়া রাখ, তৎপরে বড়িগুলি উত্তমরূপে তেলে ভাজিয়া স্বতন্ত্র পাত্রে রাখ, তাহারপর হলুদ জলে গুলিয়া শাক ও তরকারি গুলি সিদ্ধ করিতে চড়াও, সিদ্ধ

হইলে জ্বাল হইতে নামাইয়া রাখ, তৎপরে উপরোক্ত জীরেমরিচ, ধনেবাটা, বড়ি, পিটুলি নারিকেল কুরা দুদ ও চিনি দিয়া, সেই সিদ্ধকরা শাকগুলি চটকাইয়া মিশ্রিত করিয়া ফেল। তাহার পর হাড়িতে ঘি ঢালিয়া তেজপাতা ফোড়ন দিয়া সেই চটকানো শাক ও তরকারি গুলি সাতলাইয়া ফেল, বেশ সুপক্ক হইলে লবণ ও গরম মসলা চূর্ণ করিয়া তাহাতে নিক্ষেপ কর এবং উত্তমরূপে কাটী দাও, তাহা হইলে উপাদেয় শাকের ঘণ্ট প্রস্তুত হইবে।

মোচার ঘণ্ট।

এই ব্যঞ্জন রাধিতে পারিলে নিতান্ত সুরস ও উপাদেয় হয় আমাদের দেশে অন্নের ভোজে ইহার খুব প্রচলন আছে এই সকল সামান্য সামান্য ব্যঞ্জন রন্ধনে রাঁধুনির বিশেষ গুণ প্রকাশ হইয়া থাকে, কারণ কেবল মাত্র রন্ধনের গুণে এই সকল তুচ্ছ বস্তু অমৃতোসম সুতার হইয়া থাকে। ইহার রন্ধন প্রণালী অবিকল শাকের ঘণ্টোর অনুরূপ, তবে মসলা ও উপকরণের কিঞ্চিৎ তারতম্য আছে!।

মোচার ফুল এক সের হইলে, বড়ি এক পোয়া, হলুদ এক মাষা, জিরে এক তোলা, মরিচ পাঁচ মাষা, ধনে এক তোলা, ময়দা এক তোলা, দুধ আধ পোয়া, চিনি এক ছটাক, তেজপাতা দুই মাষা, এক তোলা লবণ, চারি মাষা আদা, ও চারি মাষা গরম মসলা আবশ্যক।

শাকের ন্যায় মোচার কুচি গুলিকে উত্তমরূপে সিদ্ধ করিয়া উপরোক্ত মসলা, ময়দা, লবণ, দুধ ও চিনি দিয়া চটকাইবে এবং হাড়িতে ঘৃত ও তেজ-পাতা দিয়া সাতলাইয়া লইবে, তাহা হইলেও উত্তম মোচার ঘণ্ট প্রস্তুত হইবে।

কড়াইসুটীর ঘণ্ট।

এই ব্যঞ্জন খাইতে নিতান্ত উপাদেয় হইয়া থাকে; তবে শীতকাল ভিন্ন, অন্য সময়ে একমাত্র কড়াইসুটীর অভাবে ইহা রন্ধন হয় না, ইহা রাঁধি-বার প্রণালী এইরূপ।

আধ ছটাক ঘিয়েতে আলু ও আর আধ ছটাক ঘিয়ে কড়াইগুলি আলাদা করিয়া সাতলাইয়া রাখ তাহার পর এক সের জলে পাঁচ মাষা মরিচ, দুই তোলা আদা, দুই তোলা লবণ গুলিয়া হাড়িতে দাও, জল ফুটিতে আরম্ভ হইলে উহাতে আলু ও কড়াইসুটীগুলি ছাড়িয়া দাও। সুসিদ্ধ হইলে

এক ছটাক ঘৃতে তেজপাতা ফোড়ন দিয়া সাৎলাইয়া ফেল। দুই তোলা ধনে, এক ছটাক দুগ্ধ, অর্দ্ধ ছটাক চিনি, এক তোলা পিটুলী একত্রে গুলিয়া তাহাতে ঢালিয়া দাও, তাহার পর ৫।৬ মিনিট জ্বালে দিয়া গরম মসলা মিশ্রিত করিয়া ঢালিয়া রাখ তাহা হইলে উৎকৃষ্ট কড়াইসুটীর ঘণ্ট প্রস্তুত হইবে।

শুক্তো।

ঘণ্টের পর শুক্তো ভোজন করা আমাদের দেশে প্রচলিত আছে। ভোজের বাটীতেও ইহার অন্যথাচরণ হয় না।

উচ্ছের শুক্তো অতি উপাদেয় হইয়া থাকে, ইহা আহার করিলে, পৈত্তিক দমন করে এবং রসনারও তৃপ্তিকর হয়। উচ্ছে এক সের হইলে তাহার উপযুক্ত আলু, পটল ও কাঁচকলা কুচি কুচি করিয়া কুটিবে এবং কাঁচকলা গুলিকে হলুদ মাখাইয়া ধুইয়া ফেলিবে। তাহার পর দেড় সের জলে পরিমাণ মত হলুদ গুলিয়া হাঁড়িতে চড়াইবে, জল ফুটিতে আরম্ভ হইলে তাহাতে সমস্ত তরকারী ও উচ্ছেগুলি ঢালিয়া দিবে। তাহার পর দুই তোলা লবণ দিবে ; যখন দেখিবে

তরকারী গুলি আধসিদ্ধ হইয়াছে, সেই সময় কতকগুলি বড়ি তেলে ভাজিয়া তাহাতে ছাড়িয়া দিবে এবং বেশ সিদ্ধ হইলে একটা পাত্রে ঢালিয়া রাখিবে। অনন্তর হাঁড়ি চড়াইয়া তাহাতে আধ ছটাক ঘৃত ও পাঁচফোড়ন দিবে, যখন দেখিবে ফোড়নগুলির রং কাল হইয়াছে, সেই সময় সিদ্ধকরা তরকারীগুলি ছাড়িয়া বেশ করে কাটি দিয়া নামাইবে। তাহা হইলে শুক্তো প্রস্তুত হইবে। এই ব্যঞ্জন যেন কাট কাট না হয়, ঈষৎ ঝোল থাকিলে অতি উত্তম আস্বাদন হইয়া থাকে।

মুগের ডাউল প্রস্তুত প্রণালী।

প্রথমতঃ সোণা মুগ গুলিকে বেশ বাছিয়া রৌদ্রে দিবে, পরে ভাজনা খোলায় ভাজিয়া জাতায় ভাঙ্গিলে ডাইল প্রস্তুত হয়। পাঁচ পোয়া জল হাঁড়িতে চড়াইয়া বেশ গরম হইলে তাহাতে সেই ডাইল গুলি ছাড়িয়া দিবে, যখন ফুট ধরিয়া উৎলাইবে, সেই সময় হলুদ বাটা পরিমাণ মত তাহাতে ফেলিয়া দিবে এবং কিঞ্চিৎ গেঁজেলা জল কাটাইয়া অন্য পাত্রে রাখিয়া দিবে। ক্রমে ডাল সিদ্ধ হইয়া আসিলে ঈষৎ পরিমাণ মিষ্টি তাহাতে নিক্ষেপ করিবে এবং লঙ্কা, জীরামরিচ,

তেজপত্র, ধনেবাটা, পর পর ফেলিয়া উত্তমরূপে কাটী দিতে থাকিবে এবং লবণ দিয়া নামাইবে। তৎপরে হাড়িতে তৈল কিম্বা ঘৃত দিয়া তেজপত্র পাঁচফোড়ন উত্তমরূপে কষিয়া তাহাতে ঐ ডাল্ চালিয়া দিবে এবং এক ফুট সিদ্ধ হইলেই নামাইয়া রাখিবে। সাধারণতঃ সকল ডালই এই প্রকারে রন্ধন করিতে হয়, তবে কলাই কি বিউলির ডাল রন্ধন করিতে হইলে আদা বাটা ও মউরী এবং যাহারা পছন্দ করেন একটু হিং দিবে।

ঘি চাপা।

ঘৃত চাপা খাইতে অতি মধুর হইয়া থাকে, তবে সদাসর্ব্বদা গৃহস্থের সংসারে এ ব্যঞ্জনটা ব্যবহার্য্য নয়। কোন কুটুম্ব আসিলে, কি ভোজ ব্যাপারে এই ব্যঞ্জন ব্যবহৃত হইয়া থাকে। ইহার রন্ধনের নিয়ম এইরূপ।—

ইহার প্রধান উপকরণ চাঁপানটে শাক, সেই জন্য ঘৃত চাপা ইহার নাম হইয়াছে। চাঁপানটে শাক এক সের হইলে এক পোয়া ঘৃত, এক মাষা দারুচিনি, এলাচ এক মাষা, লবঙ্গ এক মাষা, আদার কুচি এক ছটাক, ধনে ও লবণ প্রত্যেক এক তোলা করিয়া দিবে।

আধপোয়া জলে লবণ মিশ্রিত করিয়া প্রথমে শাক গুলিকে সিদ্ধ করিয়া একখানি থালা ঢালিয়া রাখ, তাহার পর হাড়ি চড়াইয়া সমস্ত ঘৃত টুকুন তাহাতে ঢালিয়া দাও এবং আদার কুচি, লবঙ্গ ও পাঁচফোড়ন দিয়া নাড়িতে থাক। ঘৃত পাকিলে তাহাতে শাকগুলি ঢালিয়া দাও, এবং ধনে মরিচ বাটা দিয়া বেশ করে কাটী দাও, পাঁচ মিনিট আন্দাজ জ্বালে রাখিয়া গরম মসলা দিয়া নামাইয়া লও, তাঁহা হইলে অতি উত্তম ঘি চাপা হইবে। নিরামিষ তরকারীর মধ্যে এই ঘি চাপা একটী উৎকৃষ্ট ব্যঞ্জন, কুটুম্ব ও জামায়ের পাতে দিবার উপযুক্ত।

ওলের ডাল্না।

ওল অতি উপকারী জিনিষ, ইহা আহার করিলে অগ্নিবৃদ্ধি হয়, কোষ্ঠ সাফ থাকে এবং দেহেরও যথেষ্ট পরিমাণে পুষ্টি-সাধন হইয়া থাকে; কিন্তু ওল নানা প্রকারের আছে, তাদের মধ্যে কতকগুলি আহারের সম্পূর্ণ অযোগ্য, কারণ যে রকমই রন্ধন কর না আহার করিলেই ভয়ানক মুখ কুট কুট করিয়া থাকে। সেই জন্য প্রথমে পরীক্ষা করিয়া ওল রন্ধন করা কর্ত্তব্য।

এক সের ওলের কুচি, এক পোয়া কাচা আমলকি, এক তোলা হরিতকী, এক তোলা পাকা তেঁতুল, আট তোলা মরিচ, এক তোলা হলুদ, তিন তোলা লবণ, আদা চারি তোলা লবঙ্গ এক মাষা এবং চারিমাষা গরম মসলা অতি আবশ্যক।

প্রথমতঃ ওল খণ্ডগুলি আমলকি, হরিতকী ও তেঁতুলের সঙ্গে সিদ্ধ কর, সিদ্ধ হইলে অপর হাড়িতে আধ পোয়া ঘৃত ঢালিয়া দিয়া অর্দ্ধেক লবঙ্গ ও ফোড়ণ দিয়া সেই সিদ্ধ করা ওল গুলি সাংলাও, ওলগুলির রঙ আরসোলার ন্যায় হইলে ধনে মরিচ অল্প জলে গুলিয়া তাহাতে দাও এবং রস থাকিতে থাকিতে নামাইয়া রাখ. তার পর কড়া কিম্বা হাড়িতে বাকী ঘৃত আদার কুচি ও ফোড়ন দিয়া সেই ওলগুলি সাংলাইয়া লও এবং গরম মসলা দিয়া নামাইয়া রাখ। তাহা হইলে ওলের ডাল্না প্রস্তুত হইবে।

ইচর বা কাঁঠালের ডাল্না।

ইচড়কে অনেক লোকে গাচপাঁটা বলে কারণ রন্ধন করিতে পারিলে ইহার আস্বাদন অনেকটা মাংসের মতন হইয়া থাকে। নিরামিষ তরকারির

মধ্যে এ প্রকার উৎকৃষ্ট রসাল-তৃপ্তকর ব্যঞ্জন আর নাই বলিলেও বিশেষ অত্যুক্তি হয় না। ইহা ভাত, রুটী, লুচি ও সকলকার প্রিয়সঙ্গী হইবার উপযুক্ত, ফলতঃ রন্ধন করিতে পারিলে ইহা সুধার সম সুস্বাদ হইয়া থাকে।

এই এচড়ের ডাল্না এইরূপ প্রণালীতে প্রস্তুত হইয়া থাকে।

এচরগুলিকে কুচ কুচি করিয়া জলে সিদ্ধ করিয়া লইবে, তাহার পর জল ফেলিয়া দিয়া চারি তোলা পরিমাণ আদার রস, ছয় ছটাক দধি ও আড়াই তোলা লবণ তাহার সহিত মিশ্রিত কর। অনন্তর অপর হাড়িতে আধ পোয়া ঘৃত চড়াইয়া লবঙ্গ ফোড়ন দাও, ঘৃত পাকিলে তাহাতে সিদ্ধ করা ইচড়গুলি ফেলিয়া নাড়িতে থাকিবে এবং গরম মসলা এবং অল্প ঘি দিয়া নামাইবে। এরূপ প্রণালীতে রন্ধন করিলে অতি উপাদেয় ইচড়ের ডাল্না হইয়া থাকে।

নিম-ঝোল।

ইহা ভোজন করিতে ঈষৎ তিক্ত লাগে বটে কিন্তু ইহার গুণ অসাধারণ,—ব্যঞ্জনের মধ্যে এরূপ উপকারি স্বাস্থ্যকর তরকারী অতি অল্পই

আছে। পণ্ডিতগণ পৈত্তিক নাশের জন্য বসন্ত-কালে নিম ভক্ষণের ব্যবস্থা দিয়াছেন। আয়ুর্ব্বেদ শাস্ত্রে উক্ত আছে যে নিমের ন্যায় উপকারী বৃক্ষ আর নাই। একমাত্র নিম বৃক্ষের বাতাসে অনেক উৎকট ব্যাধি আরোগ্য হইয়া থাকে। সেইজন্য অনেকে যত্নের সহিত নিজ বাটীতে নিমগাছ রোপণ করিয়া থাকেন। নিম পত্র স্বভাবতঃ তিক্ত বটে, কিন্তু রন্ধনের গুণে ইহার ঝোল সুধাসম সুতার হয়, অরুচীর রুচী হইয়া থাকে। বসন্তের সমাগমে বৃক্ষের পুরাতন পাতা ঝরিয়া গেলে যে রক্তবর্ণ কচি পাতাগুলি বহির্গত হয়, সেইগুলিতে নিমঝোল অতি উপাদেয় হইয়া থাকে। অভাবে পাকা পাতাও অনেকে রন্ধন করিয়া থাকে।

পাঁচ ছয় জনের উপযুক্ত নিমঝোল রন্ধন করিতে হইলে ১৫টী নিমের পাতা, খানকয়েক খুব কচি সিম্, এক পোয়া আন্দাজ সজনাখাড়া আলু বেগুণ আধসের, বড়ি আধপোয়া, সরষে দুই তোলা, দুই তোলা ধনে, আধতোলা হরিদ্রা, আড়াই তোলা লবণ, ঘি দুই তোলা, তৈল এক ছটাক, চিনি আধতোলা, পাঁচফোড়ন এক আনা এবং দেড়সের জল আবশ্যক।

প্রথমে বড়িগুলি ভাজিয়া স্বতন্ত্র পাত্রে রাখ, তাহার পর আলু সিম ও সজনা ডাটায়ে হলুদ, সরষে, জিরেমরিচ ও লঙ্কা মাখিয়া তেলে ভাজা ভাজা করিয়া বাকী মসলা গুলিয়া জল ঢালিয়া দাও, তরকারিগুলি বেশ ফুটীতে আরম্ভ করিলে তাহাতে বেগুণগুলি ঢালিয়া দিবে। তাহার পর যখন দেখিবে দেড়সের জল মরিয়া তিন পোয়া হইয়াছে, সেই সময় নামাইয়া রাখিবে। তাহার পর হাঁড়িতে ঘি চড়াইয়া পাচফোড়ন ও নিমপাতাগুলি বেশ খর খর ভাজিয়া তাহাতে সমস্ত তরকারি গুলো ঢালিয়া দিবে এবং চিনি লবণ মিশাইয়া উত্তমরূপে কাটী দিয়া নামাইবে। তাহা হইলে নিমঝোল প্রস্তুত হইবে। ইহা নিতান্ত স্নিগ্ধ লঘুপাক ও পৈত্তিক নাশক, সুতরাং দুইচার দিন সকলকারই এই ব্যঞ্জন ভক্ষণ করা কর্ত্তব্য।

মূলার শুক্তো।

এই মূলার শুক্তো রন্ধন করিতে হইলে যদি একসের মূলা হয়, তাহা হইলে সম পরিমাণ আলু আধসের বেগুণ এক পোয়া কাচকলা, এক ছটাক বররবটী কি অন্য কড়াই, এক তোলা হলুদ

বাটা, সরিষা বিটা দুই তোলা, পোস্ত বাটা দুই তোলা, পোস্তবড়ি তিন তোলা, নারিকেলকুরা দুই তোলা, দুগ্ধ দুই তোলা পিটুলি দুই তোলা, লবণ তিন তোলা, সরিষার তৈল আধপোয়া, ঘৃত আধছটাক, ভাজা সরিষার গুড়া চারি আনা, চিনি এক তোলা, ভাজা পাঁচফোড়ণ গুড়া দুই আনা ও জল এক সের আবশ্যক।

তরকারিগুলি পৃথক পৃথক কুটীয়া রাখিবে, কেবল কাচকলা গুলিরে হলুদ জল মাখাইয়া ধুইবে। তাহার পর হাঁড়িতে তৈল চড়াইবে, যখন তৈলের গাজলা মরিবে, সেই সময় তরকারি গুলি তাহাতে দিয়া উত্তমরূপে নাড়িতে থাকিবে, আধ ভাজা হইলে মসলা গুলিয়া লবণসহ ঢালিয়া দিবে, এবং সরা চাপা দিয়া জ্বাল দিতে থাকিবে। যখন দেখিবে বেশ ফুটীতেছে, সেই সময় বড়িগুলি, চিনি ও দুগ্ধ তাহাতে দিবে। পরে বেশ সুসিদ্ধ হইলে বাকী ঘৃত টুকুন দিয়া নামাইয়া রাখিবে। তাহা হইলে উৎকৃষ্ট মুলার শুক্তো প্রস্তুত হইবে।

কাচা পেঁপের ডাল্না।

পেঁপের ডাল্না রাধিতে পারিলে অতি উপাদেয় হইয়া থাকে। বিশেষ পেঁপে অতি উপকারী

দ্রব্য। আয়ুর্ব্বেদ শাস্ত্রে ইহার প্রভূত গুণ বর্ণিত হইয়াছে। অর্শ ও পারার ঘা বিশিষ্ট রোগিদের পক্ষে এই কাচা পেঁপের তরকারি ঔষধের ন্যায় কার্য্য করে। সুস্থদেহেও উপকার ভিন্ন অপকার করে না। ইহা রন্ধন করিতে হইলে নিম্ন লিখিত জিনিষগুলি সংগ্রহ করিতে হয়।

পেঁপের কুচি যদি এক সের পরিমাণ হয়, তাহা হইলে জিরামরিচ বাটা এক তোলা, তেজপাত খানদেরেক, বাটা ধনে তিন তোলা, তিল বাটা এক তোলা, চিনি আধছটাক, দুধ এক ছটাক, ঘি এক ছটাক, লবণ তিন তোলা, ফুলবড়ি আধপোয়া, ভাজা জিরে এক আনা এবং নয় পোয়া জল লইবে।

পেঁপেগুলি ডুমো২ করিয়া কুটীয়া পরিষ্কার জলে উত্তমরূপে ধুইবে এবং দুই সের আন্দাজ জলে সেগুলিকে সিদ্ধ করিয়া নামাইয়া রাখিবে। তাহার পর বড়ি ও অন্যান্য তরকারিগুলি ঘিয়ে ছেলনি মারিয়া রাখিয়া দিবে। অনন্তর হাঁড়িতে ঘি ঢালিয়া তেজপাত ও পাঁচফোড়ণ দিয়া নাড়িতে থাকিবে, ঘি পাকিয়া উঠিলে পেঁপেগুলি তাহাতে দিয়া বাটা মসলাগুলি গুলিয়া দিবে এবং ফুটীতে আরম্ভ করিলে বড়ি ও অন্য

তরকারিগুলি তাহাতে দিয়া নাড়িতে থাকিবে। যখন বেশ সুসিদ্ধ হইবে সেই সময় ভাজা জিরার গুড়ো, গরম মসলা এবং বাকী ঘৃত টুকুন দিয়া নামাইবে। ডাল্নার অধিক ঝোল থাকিলে বিস্বাদ হয়, এই জন্য মাখো মাখো অবস্থায় নামাইয়া রাখা কর্ত্তব্য।

বাঁশের কোঁড়ার ডাল্না।

সহরবাসীদের পক্ষে এই অপূর্ব্ব ব্যঞ্জনের স্বাদ গ্রহণ বড় সুবিধাজনক নহে, কারণ পল্লি-গ্রাম ভিন্ন সহরে বাঁশের কোড়া পাওয়া যায় না, এবং সহরের বাজারগুলিতে ক্বচিৎ আসিয়া থাকে। কিন্তু ঘি মসলা দিয়া রন্ধন করিতে পারিলে ইহা নিতান্ত উপাদেয় হইয়া থাকে।

বাঁশের কচি কোক বহির্গত হইবামাত্র একটী হাঁড়ি ঢাকা দিয়া, তাহার চারিধারে ছোট ছোট খোটা মারিয়া উত্তমরূপে বন্ধন করিতে হয়, বাঁধন একটু আলগা হইলে হাঁড়িশুদ্ধ উঠিয়া পড়ে। আট দশ দিন পরে সেই হাঁড়ি প্রমাণ বাঁশের কোড়া হইয়া থাকে। সেই সময় কাটিয়া লইবে এবং হাড়ি ভাঙ্গিয়া বাহির করিবে। বেশি বিলম্ব হইলে শক্ত হইয়া পড়ে, কাজেই আহারের

তেমন তৃপ্তিকর হয় না। সেইজন্য খুব কচি বাঁশের কোঁড়ার উত্তম ডাল্না হইয়া থাকে।

এক সের পরিমাণ বাঁশের কোঁড়া হইলে তাহাতে আধসের গোল আলু আধপোয়া ছোলা দুই তোলা ধনে বাটা, জিরেমরিচ বাটা তিন তোলা, হরিদ্রা বাটা দুই তোলা, বাটা দারুচিনি আধতোলা, লবঙ্গ বাটা এক তোলা, ছোট এলাচ সিকি তোলা, লবণ তিন তোলা পাঁচফোড়ণ চারি আনা, ঘৃত আধপোয়া ও আধসের জল আবশ্যক।

বাঁশের কোঁড়াগুলিকে ওলকপির ন্যায় ডুমো ডুমো করিয়া কুটিয়া জলে সিদ্ধ করিয়া নামাইয়া রাখ এবং আলু ও ছোলা ঘিয়ে হেলনি দাও। তাহার পর হাঁড়িতে ঘি চড়াইয়া তাহাতে তেজপাতা ও পাঁচফোড়ণ দিয়া নাড়িতে থাক, যখন হাঁড়ির মধ্যে হইতে ধোওয়া উঠিবে সেই সময় বাঁশের কোড়া, আলু ও ছোলা তাহাতে দিয়া বাটা মসলাগুলি গুলিয়া দাও, যখন দেখিবে বেশ সিদ্ধ হইয়াছে, সেই সময় লবণ ও চিনি দিয়া নামাইয়া রাখ। অনন্তর হাঁড়িতে বাকী ঘি টুকুন তেজপাতা ও গরম মসলা দিয়া পাকাইয়া তাহাতে সাৎলাইয়া লইবে. এবং আটা

আঁচা বোল থাকিতে নামাইবে। এইরূপ প্রণালীতে রন্ধন করিলে ইহার স্বাদ ওলকপির ডাল্না অপেক্ষা উৎকৃষ্ট হইয়া থাকে।

বাঁধা কপির ডাল্না।

কপি পুর্ব্বে আমাদের দেশে আদৌ ছিল না। ইংরাজ বাহাদুরদের শুভাগমনের পর হইতে ইহা এ দেশবাসীর দৃষ্টিপথে পতিত হইয়াছে। সেই জন্য এখন পর্য্যন্ত অনেক বিধবা ও নিব্বাসন হিন্দু ইহা আহার করেন না। এক্ষণে আমাদের দেশে প্রায় সর্ব্বত্র প্রচুর পরিমাণে কপির চাষ হইতেছে। শিশির জলে ইহার পুষ্টি সাধন হয়; সেই জন্য শীতকাল ভিন্ন অন্য কালে ইহা জন্মায় না, কিন্তু শীত প্রধান দেশে ইহা বারো মাস পাওয়া যায়। কপি শাকের শ্রেণীভুক্ত বটে, কিন্তু শাকের মধ্যে ইহা রাজা, আস্বাদন নিতান্ত মধুর, কিন্তু ঈষৎ গুরুপাক, সহজে জীর্ণ হয় না।

সাহেবেরা ইহা সিদ্ধ করিয়া লবণ ও রাই সরিষার গুড়া দিয়া ভক্ষণ করে কিন্তু আমরা ঘৃত ও মসলা সংযোগে ব্যঞ্জন রাধিয়া থাকি। সকল

প্রকার ব্যঞ্জন অপেক্ষা ইহার ডাল্না নিতান্ত উপাদেয় হইয়া থাকে।

বাঁধা কপির ডাল্না রন্ধন করিতে হইলে এই সকল উপকরণ সংগ্রহ করিতে হয়। কপি এক সের হইলে আধ সের আলু, এক পোয়া কড়াই শুটী, জল আধ সের, তৈল আধ পোয়া, ঘৃত আধ ছটাক, বাটা হলুদ এক তোলা, বাটা জীরে মরিচ দেড় তোলা, ধনে বাটা তিন তোলা, আদা বাটা আধ তোলা, তেজপাত সাতখানি, ছোট এলাচ দুইটা, দারুচিনি দুই আনা, লবঙ্গ দুই আনা, পেস্তা দানাবাটা দুই আনা, চিনি বা বাতাসা এক তোলা ও তিন তোলা লবণ আবশ্যক।

প্রথমতঃ কপি গুলিকে কুচি কুচি করিয়া কুটিবে, পরে হাড়ি উনুনে চড়াইয়া ঘি টুকুন ঢালিয়া দিবে, যখন ঘি পাকিয়া উঠিবে, সেই সময় আদা বাটা অর্দ্ধেক গরম মসলা ও তেজ-পাত গুলি দিয়া নাড়িবে, সে গুলি ভাজা ভাজা হইলে, কপি, আলু ও ছাড়ানো কড়াইশুটী ঢালিয়া দিবে এবং লবণ দিয়া একবার নাড়িয়া সরা চাপা দিয়া রাখিবে। এই রূপ করিলে কপির জল বাহির হইয়া আপনি সিদ্ধ হইবে।

তখন পেস্তাদানা ও বাকী মসলা গুলি গুলিয়া দিয়া নাড়িতে থাকিবে, পরে বাতাসা কি চিনি দিয়া নাড়িয়া দিবে। যখন দেখিবে ব্যঞ্জনটি বেশ আটা আটা হইয়াছে, সেই সময় ঘি ও গরম মসলা দিয়া নামাইয়া রাখিবে। তাহা হইলে বাঁধা কপির ডাল্লা রাধা হইবে।

ছানার ডাল্লা।

যদিও এই ব্যঞ্জনটি সর্ব্বদা গৃহস্থ ঘরে ব্যবহার হয় না, কিন্তু ইহার প্রস্তুত প্রণালী তেমন কঠিন কি ব্যয় সাধ্য নহে। ইচ্ছা করিলে সহজে এই তরকারী রন্ধন করিয়া রসনার তৃপ্তি সাধন করিতে পারেন। ছানার ডাল্লা রন্ধন করিতে হইলে এই সকল দ্রব্য সংগ্রহ করিতে হয়। ছানা এক সের, ঘৃত ৫ ছটাক, জল আধ সের, লবণ দুই তোলা, চিনি আধ পোয়া, আদা বাটা আধ তোলা, তেজপাত ৫ খানি, ধনে বাটা এক তোলা জিরে মরিচ বাটা আধ তোলা, ছোট এলাচ সিকি ভোর, দারুচিনি সিকি ভোর ও লবঙ্গ সিকি ভোর।

প্রথমতঃ ছানা গুলিকে ডুমো ডুমো করিয়া কাটিয়া কড়াতে ঘি চড়াইয়া ভাজিয়া ফেল,

ছানা গুলির রং বাদামী হইলে নামাইবে, কিন্তু সাবধান ছানাগুলি যেন চুইয়া না যায়, তাহা হইলে আস্বাদনে ব্যতিক্রম হইবে, তাহার পর পুনরায় কড়ায় সামান্য ঘি চড়াইয়া তাহাতে আদা, ধনে ও জীরেমরিচ বাটা জলে গুলিয়া দিবে, যখন দেখিবে টগ্ বগ্ করিয়া ফুটিতেছে, সেই সময় লবণ টুকুন দিয়া, তাহার পর ভাজা ছানা গুলি দিয়া, কাটি কি খুন্তি দিয়া নাড়িতে থাকিবে, তৎপরে চিনি টুকুন দিয়া নামাইয়া রাখিবে। তৎপরে কড়া চড়াইয়া বাকী সমস্ত ঘি টুকুন এলাচ, ডারুচিনি ও লবঙ্গ দিয়া ভাজা ভাজা করিয়া ছানা গুলি ঢালিয়া দিবে এবং একবার বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া নামাইয়া রাখিবে। অন্যান্য ডাল্নার ন্যায় ইহাও আচা আচা হওয়া আবশ্যক।

ফুল কপির ডাল্না।

ফুল কপির ডাল্না একটু যত্নের সহিত রন্ধন করিলে অত্যন্ত উপাদেয় হইয়া থাকে। এই ব্যঞ্জন প্রস্তুত করিতে হইলে নিম্ন লিখিত উপ-করণ সংগ্রহ করিতে হয়।

এক সের ফুল কপি হইলে আলু আধ সের, বেগুন আধ পোয়া, মটরশুটী এক ছটাক, নারিকেল কোচা আধছটাক, দুধ এক ছটাক, পিটুলি এক কাঁচ্চা, চিনি এক কাঁচ্চা, ঘৃত দেড় ছটাক, তেল এক ছটাক, লবণ এক ছটাক, পাঁচখানি তেজপাত, মরিচ গুড়ো আধ ছটাক, ধনে বাটা এক ছটাক, হরিদ্রা বাটা আধ ছটাক, সরিষাবাটা এক কাঁচ্চা, গরম মসলা এক কাঁচ্চা ও এক ছটাক তেলের বড়ি আবশ্যক।

প্রথমে আধ সের জলে ফুলকপি গুলি সিদ্ধ করিয়া জল ঝরাইয়া রাখিবে, পরে হাড়িতে তেল ও তিন খানি তেজ পাতা দিবে, তেল পাকিয়া আসিলে, কপি গুলি দিয়া ঢাকিয়া বেশ সাংলাইয়া লইবে, পরে আলু ও কড়াই শুটী গুলি ছেলনি মারিয়া, তাহাতে মসলা গুলি দিয়া আধ সের জলে গুলিয়া ঢালিয়া দিবে, এবং বেশ ফুটতে থাকিলে বেগুণ গুলি দিয়া সরা চাপা দিয়া রাখিবে। যখন দেখিবে প্রায় সিদ্ধ হইয়াছে সেই সময় ভাজা বড়ি চিনি, দুগ্ধ ও নারিকেল কুচো গুলি ও পিটুলি দিয়া বেশ নাড়িয়া চাড়িয়া নামাইবে। তাহার পর বাকী ঘি ও গরম মসলা বাটা দিবে, ঘি পাকিলে, তাহাতে

তরকারি গুলি দিয়া সাৎলাইয়া লইবে। তাহা হইলে উত্তম ফুল কপির ডাল্না হইবে।

আলু বেগুন ও পটলের বড়া। নিম্নলিখিত প্রণালীতে আলু বেগুণ কি পটলের বড়া প্রস্তুত করিলে নিতান্ত মুখপ্রিয় হইয়া থাকে। অর্থ ব্যয়ের তেমন আধিক্য নাই। ইহা প্রস্তুত করিতে হইলে এক সের মটর ডেলের বেশনে এক কাঁচ্চা কৃষ্ণ জীরে, এক কাঁচ্চা তিল, এক কাঁচ্চা আন্দাজ মউরী, পেস্তাদানা ও পাচকোড়ন, একছটাক লবণ তাহাতে মিশাইয়া গরম জলে উত্তম রূপ বাটিবে, তাহার পর আলু বেগুণ কিম্বা পটোল চাকা চাকা করিয়া কাটিয়া, পাঁচ পোয়া আন্দাজ তেল চড়াইয়া ঈষৎ মৃদু জালে ভাজিয়া লইবে। সাদা কথায় ইহাকে তিল পিটুলীর বেগুন ভাজা বলে।

করোলার দোল্মা।

এই তরকারিটা খোট্টামহলে বিশেষ প্রচলিত আছে, তবে ইচ্ছা করিলে, বাঙ্গালী পাঠক পাঠিকারা এই উপাদেয় বস্তু প্রস্তুত করিয়া রসনার তৃপ্তিসাধন করিতে পারেন। তবে ইহা

কিছু ব্যয়সাধ্য ও শ্রম সাপেক্ষ, তবে আহার করিবার সময় পরিশ্রম ও অর্থ ব্যয় সার্থক বলিয়া বোধ হইবে। ইহা প্রস্তুত করিতে হইলে এই উপকরণ সংগ্রহ করিতে হয়। এক সের করলা, লবণ দুই তোলা, চিনি আধ পোয়া, দধি আধ পোয়া, আদা বাটা এক তোলা, হলুদ বাটা এক তোলা, জীরে মরিচ এক তোলা, ধনে দুই তোলা, ছোট এলাচ সিকি তোলা, দারুচিনি চারি আনা, নারিকেল কুড়া এক পোয়া ও গরম জল এক পোয়া মাত্র।

বেশ কচি সরল করলা গুলির মুখ কাটিয়া বিচি গুলি বাহির করিয়া ফেলিবে, তাহা নইলে করলাটি একটী চোঙার মতন হইবে। তাহার পর এক পোয়া ঘি চড়াইয়া করলা গুলি ভাজিবে এবং নারিকেল কুচোগুলিতে চিনি ও গরম মসলা মিশাইয়া ঘৃতে ভাজিয়া সেই করলা গুলির ভিতর পুরিয়া মুখ বন্ধ করিয়া দিবে। তাহার পর এক পোয়া ঘি চড়াইয়া তাহাতে তেজপাতা লবঙ্গ, ছোট এলাচ, দারুচিনি ও পাঁচফোড়ন দিয়া পাকাইয়া সেই করলা গুলি ছাড়িয়া দিবে, এবং এক পোয়া পরিমাণ গরম জলে বাটা মসলা ও লবণ গুলিয়া তাহাতে দিয়া সরা চাপা দিবে,

রসটুকুন মরিয়া গেলেই কয়লার উত্তম দোল্‌মা প্রস্তুত হইবে।

ফুল কপির চর্চ্চড়ি।

চর্চ্চড়ি আমাদের একটী প্রধান ব্যঞ্জন, প্রায় প্রত্যহ ভক্ষণ করিতে হয়; ইহা ডালের সহচর, বিধবাদের নিতান্ত প্রিয় খাদ্য, অথচ সামান্য ব্যয়ে ইহা প্রস্তুত হইয়া থাকে। সকল প্রকার চর্চ্চড়ি অপেক্ষা ফুল কপির চর্চ্চড়ি নিতান্ত উপাদেয় ও মুখপ্রিয় হইয়া থাকে, সেই জন্য ইহার বিষয় লিখিত হইতেছে।

এক সের ফুলকপি হইলে আলু এক পোয়া কড়াইশুটী আধ পোয়া, তৈল তিন ছটাক, ফুল-বড়ি আধ পোয়া, হলুদ বাটা এক তোলা, লঙ্কা বাটা চারি তোলা, জীরেমরিচ এক তোলা, ধনে বাটা দুই তোলা, দারুচিনি এক তোলা, লবঙ্গ এক আনা, ছোট এলাচ এক আনা, পাঁচফোড়ন এক আনা, জল আধ পোয়া ও লবণ আড়াই তোলা লইবে।

প্রথমে বড়ি গুলি ভাজিয়া স্বতন্ত্র পাত্রে রাখিবে, তাহার পর কপি ও অন্যান্য তরকারী গুলি আধ ভাজা করিয়া গরম মসলা ছাড়া আর

আর বাটা মসলা গুলি জলে গুলিয়া তাহাতে দিবে এবং কতকক্ষণ সরা চাপা দিয়া রাখিবে, যখন বেশ ফুটিতে থাকিবে, সেই সময় বড়ি ও লবণ তাহাতে দিয়া নামাইয়া রাখিবে; তাহার পর হাড়িতে ঘি তেজপাত ও গরম মসলা গুলি তাহাতে নিক্ষেপ করিবে এবং ঘৃত পাকিয়া উঠিলে, তাহাতে সমস্ত তরকারি গুলি সাংলা-ইয়া লইবে। তাহা হইলেই উত্তম ফুল কপি প্রস্তুত হইবে।

নারিকেল কুমড়ি।

রাধিতে পারিলে এই ব্যঞ্জনটি নিতান্ত মুখ-রোচক হইয়া থাকে। ইহার রন্ধনের প্রণালী এইরূপ।

প্রথমে কুমড়াকে কুটিয়া একটী পাত্রে রাখ এবং নারিকেল কুটিয়া অন্য একটা পাত্রে রাখিবে। তাহার পর কড়ায় তেল চড়াইয়া গোল মরিচ, গেলে কুমড়া গুলি বেশ ভাজা ভাজা করিয়া নারিকেল কুচো গুলি তাহাতে দিবে, এবং দুগ্ধ দুই তোলা, চিনি আধ ছটাক তিন তোলা ধনে বাটা, দুই তোলা লবণ, এক তোলা জীরে বাটা তাহাতে দিবে, যখন ফুটিয়া জল শুকাইয়া

যাইবে, সেই সময় নামাইবে। তাহার পর হাড়িতে আধ ছটাক ঘি দিয়া তেজপাত ও গরম মসলা ঘি পাকাইয়া ঐ কুমড়া গুলি সাং-লাইয়া লইবে, কিন্তু সাবধান যেন চুইয়া না যায়, তাহা হইলে বিস্বাদ লাগিবে। কোটা কুমড়া এক সের হইলে, উপরে লিখিত মসলার আবশ্যক।

কচু শাকের ঘণ্ট।

কচুর শাক অনায়াসলভ্য অতি সামান্য জিনিষ সত্য, কিন্তু রন্ধন করিতে পারিলে ইহা সুধার ন্যায় সুতার হইয়া থাকে। বিশেষ ইহা স্বাস্থ্যের উপযোগী, পৈত্তিক নিবারক এবং স্নিগ্ধ গুণ বিশিষ্ট। ভাদ্র মাসে রন্ধনের সময় সকল গৃহস্থের বাড়ীতে এই অপূর্ব্ব ব্যঞ্জন রন্ধন হইয়া থাকে। অনেকে আবার সখ করিয়া কচুর শাক প্রস্তুত করেন। উত্তম করিয়া রন্ধন করিতে পারিলে ইহা নিতান্ত উপাদেয় হইয়া থাকে।

কচুর শাক রাধিতে হইলে খুব বড় বড় কচুর গাছ গুলি খোষা ছাড়াইয়া কুচি কুচি করিতে হইবে। যদি ঐরূপ কচুর কুচা আন্দাজ এক

সের হয়, তাহা হইলে আধ পোয়া নারিকেল কুরো, এক তোলা বাটা হরিদ্রা, দুই তোলা ধনে, এক তোলা জীরেমরীচ, আধ তোলা লঙ্কা, এক তোলা পাঁচকোড়ন, খান কয়েক তেজপাতা, এক ছটাক দুদ আধ ছটাক চিনি, আড়াই তোলা লবণ ও এক তোলা গরম মসলা আবশ্যক।

প্রথমে কচুগুলিকে জল দিয়া উত্তম রূপে সিদ্ধ করিতে হইবে। তাহার পর সেই সিদ্ধ করা কচুতে সমস্ত বাটা মসলা, নারিকেল কুরা, দুধ, চিনি ও লবণ দিয়া উত্তমরূপে চটকাইবে এবং হাড়িতে তেল চড়াইয়া তাহাতে পাঁচ-কোড়ন, গরম মসলা ও তেজপাত দিবে. তৈল যখন বেশ পাকিবে সেই সময় সেই কচু গুলি সাংলাইয়া লইবে। তাহা হইলেই কচু শাক রন্ধন করা হইবে।

কড়াইশুটীর ডাল।

কড়াইশুটী রাধিতে পারিলে অতি মুখরোচক ও পুষ্টিকর হইয়া থাকে। ইহা রন্ধন করিবার নিয়ম নিম্নে উক্ত হইতেছে।

যদি এক সের কড়াইশুটী হয়, তাহা হইলে এক পোয়া ঘি, দুই তোলা আদা, জীরে এক

তোলা. ধনে দুই তোলা, লবণ চারি তোলা, মরিচ চারি মাষা, তেজপাত দুই মাসা, কুঙ্কুম এক মাষা ও তিন মাষা গরম মসলার আবশ্যক।

প্রথমে আধ পোঁয়া ঘিতে তেজপাতা ও গরম মসলা দিয়া পাকাইয়া ছাড়ান কড়াইশুটী গুলি উত্তম রূপে সাংলাইবে, পরে তাহাতে পরিমাণ মত জল, আদা ও জীরেমরীচ দিয়া সিদ্ধ কর। সিদ্ধ হইলে লবণ ও ধনে বাটা দিবে। তাহার পর হাড়িতে বাকী ঘৃত ও পাঁচফোড়ন দিয়া ডাল টুকুন সাংলাইয়া ফেল, তাহা হইলে উত্তম কড়াইশুটীর ডাল প্রস্তুত হইবে।

ওল ভাজা।

ওল কিরূপ উপকারী দ্রব্য, তাহা পূর্ব্বে উক্ত হইয়াছে, এক্ষণে ওল ভাজার নিয়ম কথিত হইতেছে।

যদি একসের ওল ভাজিতে হয়, তাহা হইলে লবণ এক তোলা, গুড় এক পোয়া, বেশম দুই তোলা ও তেল আধ সেরের আবশ্যক।

প্রথমে ওল গুলি চাকা চাকা করিয়া কুটিয়া জলে সিদ্ধ করিয়া ফেল, তাহার পর সেই সিদ্ধ

ওলে গুড় লবণ ও বেসম মাখাইয়া তৈলে একটু কড়া কড়া করিয়া ভাজিবে। তাহা হইলে ওল ভাজা নিতান্ত মুখপ্রিয় হইবে।

নিরামিশ অম্ল।

নিরামিশ অম্ল গৃহস্থ ঘরে প্রায় প্রস্তুত হইয়া থাকে। সচরাচর ইহা এইরূপ প্রণালীতে রন্ধন হইয়া থাকে।

বেগুন রাঙা আলু বড়ি ও বিলাতি কুমড়া যদি আন্দাজ এক সের হয়, তাহা হইলে তেতুল আধ পোয়া লবণ তিন তোলা বাটা হলুদ আধ তোলা ও এক আনা ভোর সরিষার আবশ্যক।

প্রথমে তরকারি গুলি অল্প তেলে ভাজা ভাজা করিয়া তেতুল গুলিয়া সেই জলটুকুন তাহাতে ঢালিয়া দিবে। যখন বেশ ফুটিতে থাকিবে। সেই সময় হলুদ বাটা ও লবণ দিয়া একবার নাড়িয়া দিবে এবং সুসিদ্ধ হইলে নামাইয়া রাখিবে। তাহার পর হাড়িতে তৈল ও সরিষা গুলি দিয়া অম্ল টুকুন সাঁতলাইয়া উত্তম নিরামিশ অম্ল প্রস্তুত হইবে।

খেজুর রসের অম্ল।

শীত কাল ভিন্ন এই অম্ল অন্য সময় হয় না, কারণ খেজুর রস সংগ্রহ করা দুষ্কর। এই অম্ল নিতান্ত মুখ প্রিয় হইরা থাকে এবং নিম্ন লিখিত প্রণালীতে প্রস্তুত হয়।

এক সের খেঁজুর রস দুই তোলা তেতুল লবণ এক তোলা কাঁচকলা আট তোলা, বেগুন আট তোলা মুলা আট তোলা বড়ি আট তোলা তৈল এক ছটাক ও এক তোলা সরিষা প্রভৃতি উপকরণ সংগ্রহ করিতে হয়।

প্রথমে একটী হাড়িতে খেজুর রস জ্বালে চড়াইবে, রসটুকুন ফুটিয়া ফুটিয়া যখন অনেকটা পয়ড়া গুড়ের ন্যায় হইবে, সেই সময় তরকারি গুলি লবণ বড়ি ও জলে তেতুল গুলিয়া দিবে, বেশ সুসিদ্ধ হইলে নামাইয়া হাড়িতে তেল ও সরিষা দিয়া সাঁতলাইয়া ফেলিবে, তাহা হইলে খেঁজুর রসের অম্ল প্রস্তুত হইবে।

নলেন গুড়ের পায়েস।

পায়েস রাধিতে হইলে খাঁটী দুগ্ধের আবশ্যক, জলো দুদে কখনই উৎকৃষ্ট পায়েস প্রস্তুত হয় না। পায়েস অতি গুরুপাক দ্রব্য এজন্য

অধিক পরিমাণে ভোজন করা যুক্তি সঙ্গত নহে। আমাদের দেশে অনেক রকমের পায়েস রন্ধনের রীতি প্রচলিত আছে, কিন্তু নলেন গুড়ের পায়েস সকলের অপেক্ষা উৎকৃষ্ট ও উপাদেয় হইয়া থাকে। সেই জন্য অগ্রে এই পায়েস লিখিবার নিয়ম কথিত হইতেছে।

সাধারণতঃ দুগ্ধ একসের হইলে নলেন গুড় দেড় পোয়া চাউল আধ পোয়া ঘি আধ ছটাক, এলাচ এক আনা বাদাম পেস্তা কিস্‌মিস্ প্রভৃতি এক ছটাক ও অল্প একটু কর্পূর আবশ্যক।

প্রথমে ঘি টুকুন দিয়া চাল গুলিকে বেশ ভাজা ভাজা করিয়া অল্প জলে আধ সিদ্ধ করিয়া নামাইয়া রাখিবে। তাহার পর কড়ায় কি হাড়িতে দুধ চড়াইয়া উত্তম রূপে জ্বাল দিবে। দুধ বেশ ঘন হইয়া আসিলে সেই আধ সিদ্ধ চাল গুড় ও বাদাম কিস্‌মিস্ গুলি দিয়া উত্তম রূপে নাড়িতে হইবে। যখন চাল গুলি বেশ সুসিদ্ধ হইয়া যাইবে, সেই সময় কর্পূর গুড় টুকুন দিয়া নামাইবে। তাহা হইলে উত্তম পায়েস রন্ধন হইবে, তবে পায়স রাঁধিতে গেলে একটু সাবধানে কাটী দেওয়া কর্ত্তব্য, কারণ কাটী দেবার দোষে পায়স ধরিয়া যাইবার বিশেষ সম্ভাবনা। তাহা

হইলে সমস্ত পরিশ্রম ও আয়োজন ব্যর্থ হইয়া যাইবে।

বাতাসার পায়েস।

নলেন গুড় সর্ব্বদা পাওয়া যায় না, সেই জন্য সচরাচর গৃহস্থের গৃহে কাজ কর্ম্মে বাতাসার পায়েস হইয়া থাকে।

বাতাসায় পায়েস রাঁধিতে হইলে একসের দুধ আধ পোয়া চাউল এক ছটাক বাদাম কিস্‌মিস্‌ ও পাঁচ ছটাক বাতাসা প্রয়োজন।

প্রথমে হাড়িতে জল দিয়া চাউল গুলি সিদ্ধ করিয়া ফেলিতে হয়। তাহার পর দুধ ঢালিয়া কাটী দিয়া নাড়িতে থাকিবে। দুধ ঘন হইলে তাহাতে বাতাসা ও বাদাম কিস্‌মিস্‌ সিদ্ধ করিবে ও হাড়িটী খানিক জ্বালের উপর রাখিয়া নামাইবে। বেশী দুধের পায়েস রাঁধিতে গেলে ক্রমে ক্রমে অল্প অল্প দুগ্ধ খাও যাইতে হয়, তাহা হইলে উৎলাইবার কোন সম্ভাবনা থাকে না। অথচ স্বাদে উৎকৃষ্ট হইয়া থাকে।

দ্বিতীয় পরিচ্ছেদ।

মৎস্য ও মাংস রন্ধন প্রণালী।

আমাদের গৃহস্থ গৃহে প্রচলিত প্রায় সকল প্রকার নিরামিষ তরকারির উল্লেখ করিয়াছি। এক্ষণে মৎস্য সম্বন্ধে কিঞ্চিৎ লেখা যাউক। বিশেষ আমরা বাঙ্গালী, মৎস্য না হইলে আমাদের একদিন চলে না, সেই মৎস্যেরে কি উপায়ে রসনা তৃপ্তকর উপাদেয় করিতে পারা যায়, তাহা লিখিত হইতেছে।

মাচের বড়া।

কোন বড় মাচকে টুকরো টুকরো করিয়া প্রথমে জলে সিদ্ধ করিয়া ফেলিবে। তাহার পর কাঁটা গুলি বাছিয়া তাহাতে বেসম কি ছোলার ডাল বাটা কিঞ্চিৎ লঙ্কা বাটা ও লবণ মিশাইবে তেলে কি ঘিতে ভাজিয়া লইবে। তবে তৈল কি ঘিয়ের গেঁজলা মরিয়া গেলে তবে

তাহাতে মাচ ছাড়া কর্ত্তব্য। তা না হইলে খোলার সঙ্গে মাচ জড়াইয়া ধরিবে।

মুড়ির ঘণ্ট।

আমিষ ব্যঞ্জনের মধ্যে মুড়ির ঘণ্ট একটী উপাদেয় বস্তু, ইহা যেমন মুখপ্রিয় তেমন পুষ্টি-কর হইয়া থাকে। রুই কি কাতলা মাচের খুব বড় মুড়ো হইলে উত্তম মুড়ির ঘণ্ট হয়। ইহা নিম্ন লিখিত প্রণালী ক্রমে রন্ধন করিতে হয়।

যদি এক সের আন্দাজ মুড়ি হয়, তাহা হইলে আধ পোয়া ঘৃতে খান কয়েক তেজ পাতা দিয়া সাতলাইয়া ফেলিবে। পরে আধ সের আন্দাজ মুগের ডালকে জলে সিদ্ধ কর, বেশ সুসিদ্ধ হইলে তাহাতে ঐ ভাজা মুড়োটি ফেলিয়া দাও। পরে পাঁচ মাষা মরিচ, দুই তোলা জিরে, এক মাষা তেজ পাতা বাটা আর চারি তোলা লবণ দিয়া সিদ্ধ করিবে। বেশ সুদ্ধি হইলে আর আধ পোয়া ঘি ও তেজ পাতা ফোড়ন দিয়া, সাতলাইয়া নামাইয়া রাখিবে। তাহা হইলে উত্তম মুড়ির ঘণ্ট প্রস্তুত হইবে। চিংড়ি মাচের ঘণ্ট এইরূপ প্রণালী অবলম্বনে রন্ধন করিতে হয়।

মাচের ঘণ্ট।

শুষ্ক মাচের ঘণ্ট রন্ধন করিতে হইলে নিম্ন লিখিত প্রণালী অবলম্বন করিতে হয়।

প্রথমে মাচ গুলিরে খুব কুচি কুচি করিয়া কিঞ্চিৎ আদার রস ও তিন তোলা লবণ মাখাইয়া কিছু ক্ষণ রাখিয়া দিবে। তাহার পর দুই তোলা ধনে বাটা মাখাইয়া আগুন দ্বারায় উত্তপ্ত বালুকার মধ্যে দেড় ঘণ্টা রাখিয়া দাও, তাহা হইলে অনায়াসে কাঁটা গুলি বাছিয়া ফেলিতে পারা যাইবে। কাঁটা বাছা হইলে একটী হাঁড়িতে এক পোয়া ঘৃত দুই মাষা লবণ ও খান কয়েক তেজ পাতা দ্বারায় সাতলাইয়া মাচ গুলি তাহাতে ফেলিয়া দিবে। তাহার পর পাঁচ মাষা মরিচ ও দুই মাষা গরম মসলা মিশাইয়া উত্তম রূপে কাটি দিয়া নামাইবে। ইহা খাইতে সুধার ন্যায় সুতার হইবে, একবার খাইলে পুনঃ পুনঃ খাইবার ইচ্ছা বলবতী হইবে।

বাঁধা কপির সহিত কৈ মাছের তরকারি।

আমিষ ব্যঞ্জনের মধ্যে ইহা নিতান্ত মুখ প্রিয় হইয়া থাকে। যে রূপ প্রণালীতে ইহা রন্ধন করিলে উপাদেয় হয়, তাহা এক্ষণে লিখিত হইতেছে।

প্রথমে একটী বাঁধা কপিকে কুচি কুচি করিয়া কুটিবে। যদি তাহার পরিমাণ আন্দাজ একসের হয়, তাহা হইলে আধ সের আলু এক পোয়া কড়াই সূটী ছাড়াইয়া অন্য পাত্রে রাখিবে। তাহার পর আন্দাজ একসের কই মাচ কুটিয়া তাহাতে কিঞ্চিৎ লবণ ও হলুদ মাখাইয়া একটী স্বতন্ত্র পাত্রে রাখিয়া দিবে। পরে হাঁড়িতে আধ পোয়া তেল চড়াইবে, এবং তেলের গেঁজলা মরিয়া গেলে ঐ মাচ গুলি আধ ভাজা করিয়া নামাইবে। অনন্তর খান কয়েক তেজ পাতা সেই তেলে দিয়া তাহাতে আলু ও কড়াই সূটী গুলি সাতলাইয়া ফেলিবে. যখন দেখিবে তেল আর হাঁড়িতে নাই, সেই সময় আধ পোয়া ঘি দিয়া কপি গুলি ঢালিয়া খুন্তি কি কাটী দ্বারায় নাড়িতে থাকিবে। পরে তাহাতে ছয় তোলা লবণ তিন তোলা ধনে বাঁটা দুই তোলা আদা এক তোলা

লঙ্কা দেড় তোলা জিরে মরিচ দুই তোলা হলুদ ও চারি তোলা লবঙ্গ বাটা নিক্ষেপ করিবে। লবণ দিবা মাত্র কপি হইতে যে জল বাহির হইবে, তাহাতে ইহা সিদ্ধ হইবে, ইহা ভিন্ন আর জল দেওয়া উচিৎ নহে, কারণ তাহা হইলে আস্বাদনের তারতম্য হইয়া থাকে। যখন দেখিবে কপি গুলি বেশ সিদ্ধ হইয়াছে, আস্তো আস্তো মাই সেই সময় নামাইবে। তাহার পর হাঁড়িটি জলে ধুইয়া তাহাতে ঘি খান কয়েক তেজপাতা পাঁচ ফোড়ন দিবে, যখন সে গুলি ঈষৎ ভুইয়া আসিবে সেই সময় কপি কৎস্য ও তরকারি গুলি ঢালিয়া দিবে। প্রায় দশ মিনিট পরে চারি আনা গরম মসলা দিয়া নাড়িতে থাকিবে। যখন রস মরিয়া যাইবে, সেই সময় নামাইবে, তাহা হইলে অতি উপাদেয় ব্যঞ্জন প্রস্তুত হইবে।

রুই মাচের প্রলেহ।

এই তরকারি কিঞ্চিৎ ব্যয় ও শ্রম সাধ্য বটে, কিন্তু ইহা নিতান্ত সুতার ও উপাদেয় হইয়া

থাকে। ইহা রন্ধন করিতে হইলে নিম্ন লিখিত উপকরণ সংগ্রহ করিতে হয়।

রুই মাচ এক সের হইলে এক পোয়া ঘি এক পোয়া ছোলার ডেলের বেসম চারি মাষা গরম মসলা মরিচ সাড়ে চারি মাষা ধনে চারি তোলা, আধ পোয়া দধি ও চারি খান তেজপাতা আবশ্যক।

প্রথমে রুই মাচের আইস ছাড়াইয়া ডানা কাটিয়া লইবে ত হার পর সেই আস্তে আস্তে মাচটিকে একটী পুরু মাটীর লেপ দিবে। পরে একটী হাড়িতে বালি পুর্ণ করিয়া তন্মধ্যে রাখিয়া অগ্নির উত্তাপ দিবে। তাহার পর মাটীর লেপ খুলিয়া অতি সাবধানে কাঁটা গুলি বাছিয়া ফেলিবে, পরে বেসম ও গরম মসলার গুড়া মাখাইয়া ছোট ছোট মাচের আকারের মতন করিয়া একটী হাড়িতে কিঞ্চিৎ জল দিয়া পরে তাহাতে ঘাস বিছাইবে। পরে তাহাতে মাচ গুলি দিয়া উত্তাপ দিবে। এইরূপ করিলে মাচ গুলি কিছু শক্ত হইবে, পরে কড়াতে ঘৃত ঢালিয়া লবঙ্গ পাঁচ ফোড়ন দিয়া সাতলাও পরে ধনে মরিচ লবণ গুলিয়া তাহাতে নিক্ষেপ কর। বেশ সুসিদ্ধ হইলে, বাদাম পিটুলি ঘি

ও গরম মসলা দিয়া নামাইবে, তাহা হইলে সুধা সম ইহা সুস্বাদ হইবে।

মাচের ঝোল।

রুই কাতলা প্রভৃতি বড় মাচ হইলে এই ব্যঞ্জন অতি উৎকৃষ্ট হইয়া থাকে। প্রথমতঃ মাচ গুলিকে চাকা চাকা করিয়া কুটিবে। পরে তেল কিম্বা ঘি দিয়া সে গুলিকে ভাজিয়া ফেলিবে। তাহার পর কিঞ্চিৎ ময়দা নারিকেল কোরা ও তেজ পাতা দিয়া ফুটাইয়া নামাইবে, এবং হাতের দ্বারায় উত্তম রূপে চটকাইবে। পরে হাড়িতে ঘি আস্তো আস্তো ছোট এলাচ আদার কুচি লঙ্কা কুচি ও লবঙ্গ দিয়া ঘি পাকাইবে, এবং মাচ গুলি তাহাতে দিয়া সরা চাপা দিবে। পরে যখন বেশ নীরস হইবে, সেই সময় লবণ দিয়া নামাইবে, তাহা হইলে উত্তম মাচের ঝোল রন্ধন হইবে।

মাচের ভর্ত্তা।

মাচের ভর্ত্তা রাধিতে হইলে প্রথমতঃ মাচের পেট চিরিয়া নাড়ি পিত্ত প্রভৃতি ফেলিয়া দিবে,

পরে তাহাকে নেকড় জড়াইয়া মাটীর লেপ দিয়া আগুণে পোড়াইতে দিবে। যখন মাটী পুড়িয়া লাল হইবে, সেই সময় খুলিয়া মাচটিকে উত্তম রূপে ধুইয়া ফেলিবে। পরে কাটা বাছিয়া পরিমাণ মত লেবুর রস আদা লবণ জিরে মরিচ লঙ্কা ও ছোট এলাচের দানা মিশাইয়া ঘিতে ভাজিয়া লইবে। তাহা হইলে মাচের ভর্ত্তা প্রস্তুত হইবে। ইহা ভোজন করিলে অরুচীর রুচী হইয়া থাকে। অথচ রন্ধন করিতে বিশেষ অর্থ ব্যয় হয় না। ইচ্ছা করিলে সকলেই এই অপূর্ব্ব বস্তুর স্বাদ গ্রহণ করিতে পারেন।

ওল কপির সহিত মোচা চিংড়ির প্রলেহ।

এই ব্যঞ্জন রন্ধন করিতে অধিক শ্রম স্বীকার করিতে হয় না, অথচ অতি মুখপ্রিয় হইয়া থাকে ইহা প্রস্তুত করিতে হইলে নিম্ন লিখিত দ্রব্য গুলি সংগ্রহ করিতে হয়।

ওল কপি এক সের মোচা চিংড়ি এক সের ঘৃত এক পোয়া আদা দুই তোলা ধনে দুই তোলা লবণ ৪ তোলা মরিচ ৬ মাষা জিরে ৪ মাষা গরম মসলা ৫ মাষা তেজপাতা ৫ খানা মাত্র।

প্রথমে কপি ও মাচ এক ছটাক ঘিতে আলাদা করিয়া সাতলাইবে। তাহার পর আদা জীরে মরিচ তেজপাতা ও লবণ অল্প জলে গুলিয়া তাহার দ্বারায় কপি ও মাচ গুলি সিদ্ধ করিবে। বেশ পাক হইলে বাকী ঘি টুকুন ঢালিয়া দিবে ও পাঁচ ফোড়ন দিয়া সাতলাইবে। তাহার পর ধনে ও গরম মসলা দিয়া ৫।৬ মিনিট আঁচে রাখিয়া নামাইবে। এইরূপ করিলে ওল কপির প্রলেহ প্রস্তুত হইয়া থাকে। পাঠক পাঠিকাগণ অনায়াসে ইহা পরীক্ষা করিয়া দেখিতে পারেন।

বাঁধা কপির সহিত কৈ মাচের ব্যঞ্জন্।

নিরামিষ অধ্যায়ে আমরা কপির গুণাগুণ সম্বন্ধে সমস্ত কথা বলিয়াছি, সুতরাং পুনরায় তাহার উল্লেখ করিবার আবশ্যক নাই। ফলত কৈ মাচের সহিত বাঁধা কপি অতি পরিপাটী ও সুস্বাদু হইয়া থাকে। পূর্ব্বে কপি আমাদের দেশে ছিল না। বিলাত হইতে প্রথমে আমদানি হয়, কিন্তু এক্ষণে ইহা প্রচুর পরিমাণে আমাদের দেশে জন্মাইতেছে। সেই জন্য অনেক স্থানে এখনো বিধবারা অশুদ্ধ দ্রব্য বোধে ইহা ভক্ষণ করে না। ইহাকে তরকারির রাজা বলিলেও বিশেষ অত্যুক্তি হয় না। কারণ ইহার তুল্য মধুর আস্বাদন আর কোন তরকারিতে হয় না। এক্ষণে কৈ মাচের সহিত কপির রন্ধন প্রণালী লিখিত হইতেছে।

প্রথমে এক সের আন্দাজ কপি কুচি কুচি করিয়া একটী পাত্রে রাখ, তাহার পর, আধ সের আলু গুলির খোসা ছাড়াইয়া অন্য একটা পাত্রে রাখ, ও এক পোয়া আন্দাজ কড়াই শুটীর দানা অন্য একটা পাত্রে রাখিয়া দাও।

তাহার পর এক সের আন্দাজ মাচ কুটিয়া

উত্তম রূপে ধুইয়া অল্প হলুদ ও লবণ মাখাইয়া অন্য একটা পাত্রে রাখিয়া দিবে। তাহার পর জ্বালে হাড়ি চড়াইয়া অল্প গরম হইলে মাচ গুলি আন্দাজ আধ পোয়া তেলে কম কম করিয়া ভাজিয়া ফেল, ও অন্য আর একটা পাত্রে নামাইয়া রাখ। পরে ৮ খানি তেজপাত দিয়া আলু ও কড়াই স্নুটী গুলি দিয়া কাটি দিয়া নাড়িতে থাক, যখন দেখিবে তেল খুব কসিয়া আসিয়াছে, সেই সময় আধ পোয়া ঘি দিয়া কপি গুলি তাহাতে ঢালিয়া দাও ও খুন্তি কি কাটি দ্বারায় নাড়িতে থাক। পরে তাহাতে ৬ তোলা লবণ তিন তোলা ধনে ২ তোলা আদা এক তোলা লঙ্কা দেড় তোলা বাঁটা জিরে ও মরিচ দুই তোলা হলুদ চারি তোলা বাটা লবঙ্গ দিয়া নাড়িতে থাকিবে, লবণ দিলে কপি হইতে জল নির্গত হইবে, কিন্তু অল্প ক্ষণ পরে ঐ জল আপন হইতে মরিয়া যাইবে। সেই জন্য কপিতে আর জল দেওয়া—কর্ত্তব্য নহে। আলাদা জল দিলে তেমন স্বাদ হয় না। যখন দেখিবে কপি বেশ সিদ্ধ হইয়াছে, আর গোটা গোটা নাই সেই সময় তাহাতে মাচ গুলি ঢালিয়া দিবে ও উত্তম রূপে কাটি দিয়া জ্বাল হইতে হাড়ি নামা-

ইয়া রাখিবে। তাহার পর হাড়িটি জল দিয়া উত্তম রূপে ধুইয়া জ্বালে চড়াইয়া বাকী ঘি টুকুন ঢালিয়া দিবে এবং তাহাতে পাঁচ ফোড়ন ও ৫।৬ খানি তেজপাতা দিবে, যখন দেখিবে সে গুলি বেশ চুইয়া গিয়াছে সেই সময় তাহাতে কপি ও তরকারি গুলি ঢালিয়া দিবে, পরে চারি আনা ভোর গরম মসলা তাহাতে দিয়া নামাইয়া রাখিবে। এই রূপ করিলে আর সে রূপ কপি থাকিবে না, খাইতে অমৃতোপম সুস্বাদু হইবে।

চিংড়ি মাছের কট্‌লেট্।

কট্‌লেট্ আমাদের দেশীয় ব্যঞ্জন নহে, পাশ্চাত্য খণ্ডে ইহার প্রচলন সমধিক প্রবল। তবে আজ কাল আমাদের দেশের যুবকেরা ইংরাজি ভাবে বিভোর হইয়া আছে, ইংরাজি খানা তাহাদের নিতান্ত মুখপ্রিয়, সেই জন্য কট্‌লেট্ প্রস্তুত প্রণালী লিখিত হইল। বিশেষ চিংড়ি মাছের কট্‌লেট্ নিতান্ত মুখপ্রিয় হইয়া থাকে, স্বধর্ম্ম প্রিয় হিন্দুরা অবধি ইচ্ছা করিলে অনায়াসে এই উপাদেয় খাদ্য গৃহে প্রস্তুত করিয়া আহার করিতে পারেন।

বড় গলদা নিদেন বাগ্‌দা চিংড়িতে কল্‌্‌লেট্‌ প্রস্তুত হইয়া থাকে। প্রথমে চিংড়ির মাথাটা কাটিয়া ফেলিবে এবং সম্মুখের খোলা ছাড়াইবে পশ্চাদভাগের খোলা ছাড়াইবার বিশেষ কোন আবশ্যক নাই। পরে চিংড়ি মাচের গায়ে যে কাল মতন দাগ আছে, খুব ধারাল ছুরি দিয়া তাহা চাঁচিয়া ফেলিবে এবং ছোট ছোট দাগা করিয়া থুড়িয়া ফেলিবে। সেই থোড়া মাচ গুলি পরিমাণ মত লবণ ও আদা মাখাইয়া অল্পক্ষণ ঢাকিয়া রাখিবে। তাহার পর একটী কড়া বা চাটুতে ঘি চড়াইবে. ঘি পাকিয়া উঠিলে সেই চিংড়ি মাচ গুলি তাহাতে নিক্ষেপ করিবে, পরে আধ ভাজা হইলে অন্য একটী পাত্রে তুলিয়া রাখিবে। তাহার পর মাচের পরিমাণ বুঝিয়া বিস্কুটের গুড়া ছাতু কি বেশমতে মরিচের গুড়া দিয়া, ভাজা মাচ গুলির উপর উত্তম রূপে মাখাইবে এবং পুনরায় কড়ায় ঘি চড়াইয়া সে গুলি উত্তম রূপে ভাজিয়া লইবে তাহা হইলেই উত্তম চিংড়ি মাচের কটলেট্‌ প্রস্তুত হইবে। ইহা খাইতে অতি উত্তম, অথচ অধিক ব্যয় সাধ্য নহে। ইচ্ছা করিলে প্রত্যেক গৃহস্থ প্রস্তুত করিয়া রসনাকে পরিতৃপ্ত করিতে পারেন।

মাচের কোপ্তা।

কোপ্তা ও কট্‌লেটের ন্যায় হিন্দুদের খাদ্য নহে, তবে আজ কাল অনেকে এই সকল ব্যঞ্জন খাইতে আরম্ভ করিয়াছেন, কাজেই ইহার প্রস্তুত প্রণালী লিখিতে আমরা বাধ্য হইলাম।

প্রথমে এক সের মাচ কুটিয়া আধ তোলা লবণ ও দুই তোলা বাটা হলুদ মাখাইবে, তাহার পর আন্দাজ এক ঘণ্টা পরে উত্তমরূপে ধুইয়া ফেলিবে। ধুইবার পর ১ তোলা লবণ ২ তোলা আদার রস মাখাইয়া একটী হাঁড়িতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া ঐ মাচ গুলিকে সাঁতলাইবে। পরে ২ তোলা ধনে ৫ তোলা মরিচ আধ তোলা কাল জিরে, ১ তোলা লবণ জলে গুলিয়া তাহার উপর ঢালিয়া দাও, যখন দেখিবে ইহা উত্তম রূপে সিদ্ধ হইয়াছে, তখন ঘিতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সাতলাইয়া ফেলিবে, সেই সময় গরম মসলা তাহাতে নিক্ষেপ করিবে, পরে মাচ গুলির কাঁটা বাছিয়া ফেলিয়া তাহাতে ৪ তোলা কাঁচা মুগের ডাল বাটা ৪ তোলা ছোলার ছাতু ৪ তোলা পোস্তদানা এক তোলা মৌরী ভাজা চূর্ণ এক পোয়া দই তাহাতে মিশাইয়া বেশ চটকাইয়া

ফেলিবে, পরে উহাকে সন্দেশের মতন গোল গোল করিয়া একটী পাত্রে এক পোয়া ঘি দিয়া ছাড়িয়া দাও, কিন্তু অধিক জ্বাল দিবে না এবং সরা দিয়া পাত্রের মুখ বন্ধ করিয়া দিবে, প্রায় পাঁচ মিনিট পরে দমে বসাইবে, তাহা হইলে, উত্তম কোপ্তা প্রস্তুত হইবে।

মাচের দম।

মাচের দম প্রস্তুত করিতে হইলে এই সকল উপকরণ সংগ্রহ করিতে হয়।

মাচ এক সের ঘি আধ সের দই আধ সের, মরিচ ৫ আনা, ছোট এলাচ তিন আনা দারচিনি এক আনা, তেজপাতা ৬ খানা, লবঙ্গ চারি আনা পাকা তেতুল ২ তোলা বাদাম ৫ তোলা ধনে বাটা ২ তোলা, আদার রস ১ তোলা এবং তিন তোলা লবণ আবশ্যক।

প্রথমে ২ তোলা তেতুল জলে গুলিয়া মাচের সহিত মাখাইয়া রাখ, পরে ঘি ও অন্যান্য মসলা গুলি মিশাইয়া একটী পাক পাত্রে রাখিয়া তাহাতে তেতুল মাখানো মাচ গুলি ঢালিয়া দাও এবং উত্তম রূপে সরা দিয়া পাত্রের মুখ

বন্ধ করিয়া দাও। যেন উহার মধ্যে বাতাস প্রবেশ না করে। ইহার জন্য অনেকে ময়দার ওলপ দিয়া থাকে। এক খানি কাটের অল্প অল্প আচে ইহা রন্ধন করিবে। প্রায় ১৫ মিনিট জ্বালে রাখিলে এই মাচের দম প্রস্তুত হইবে। ইহাতে অধিক ব্যয় স্বীকার করিতে হয় না, সুতরাং মনে করিলে সকল গৃহস্থেরা ইহা প্রস্তুত করিয়া রসনাকে পরিতৃপ্ত করিতে পারেন।

মাচের পোলাও।

অনেকের ধারণা পোলাও আমাদের দেশীয় খাদ্য নহে মুসলমানদের নিকট হইতে আমরা শিক্ষা করিয়াছি। কিন্তু এ ধারণা নিতান্ত ভ্রমাত্মক। কারণ অতি প্রাচীনকাল হইতে এ দেশে পলান্নে প্রচলন আছে, তবে মুসলমানদের সময় হইতে ইহার সম্যক্ উৎকর্ষ সাধিত হইয়াছে।

মাংস অপেক্ষা মাচর পোলাও সমধিক উপাদেয় ও সুস্বাদ হইয়া থাকে। সেই জন্য অনেকে মাচের পোলাও প্রস্তুত করিয়া থাকে। মাচের পোলাও প্রস্তুত করিতে হইলে, নিম্ন লিখিত উপকরণ গুলি সংগ্রহ করিতে হয়।

মাচ /১ সের, চাউল /১॥ সের ঘৃত এক পোয়া আদা এক ছটাক ধনে আধ পোয়া, মরিচ দেড় তোলা, গরম মসলা ৪ মাষা লবঙ্গ দুই মাষা, শা জিরে দুই আনা, সামরিচ দুই আনা ও লবণ ৪ তোলা।

প্রথমে মাচ গুলিকে কুচি কুচি করিয়া কাটিয়া, উত্তম রূপে ধুইয়া ২ মাষা পরিমাণ সোহাগা মাখাইয়া আধ ভাজা করিবে। পরে ধনে লঙ্কা সাজিরে সামরিচ একটু তৈজিত্রি ও কিঞ্চিৎ ছোলার ডাল একটী পরিষ্কার নেকড়ার পুটলিতে বাঁধিয়া আড়াই সের জলে সিদ্ধ করিবে। পরে চাউল গুলিকে মসলার গুড়া এবং পরিমাণ মতন বাদাম কিস্‌মিস্‌ মিশাইয়া, হাঁড়িতে অল্প ঘি তিন চার খানি তেজপাত ও লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া চাউল গুলি চনকাইবে। তাহার পর হাঁড়িতে তেজপাত বিছাইয়া প্রথমে চাউল ও তাহার উপর মাচ সাজাইবে। এই রূপে তেজপাত দিয়া উক্ত চাউল ও মাচ তিন চার থাক সাজানো হইলে, উপরে সেই মসলা সিদ্ধ জল এবং ঘি ঢালিয়া দিবে। চাউলের উপর যেন চারি আঙ্গুল আন্দাজ জল থাকে তাহার পর উত্তম রূপে সরা চাপা দিয়া আচে চড়াইবে।

অল্প আঁচে সিদ্ধ হইলে পোলাও সমধিক সুস্বাদ হইয়া থাকে, সেই জন্য অধিক আঁচ দেওয়াও কর্ত্তব্য নহে। এই রূপে মৃদু জ্বালে ১৫ মিনিট রাখিলে উত্তম পোলাও হইবে এবং আঁচ হইতে নামাইয়া দমে বসাইবে।

চিতল মাছের কোপ্তা।

প্রথমে চিতল মাছের আঁইস ও ছাল তুলিয়া, ফেলিবে। পরে তাহার পেটের ময়লাদি উত্তম রূপে শীতল জলে ধুইয়া ফেলিবে। তাহার পর তাহাতে পরিমাণ মত লবণ আদা জিরে মরিচ হলুদ মাখাইয়া হাতে চাপিয়া বড়ার মতন করিবে। তাহার পর কড়ায় ঘি চড়াইবে, ঘির গেঁজলা মরিয়া গেলে তাহাতে একটু কড়া কড়া করিয়া সেই মাচ গুলি ভাজিয়া ফেলিবে। তাহা হইলে চিতল মাছের কোপ্তা হইবে। ইহার রন্ধন প্রণালী সহজ বটে কিন্তু খাইতে নিতান্ত উপাদেয় হইয়া থাকে।

মাচের পুরী।

মাচের পুরী খাইতে অতি উপাদেয় হইয়া থাকে ইহাতে অরুচীর রুচী হয়। ইচ্ছা করিলে সকল গৃহস্থেরা ইহা প্রস্তুত করিতে পারেন, এক্ষণে মাচের পুরী প্রস্তুত করিতে হইলে যে সকল উপকরণ আবশ্যক তাহা লিখিত হই-তেছে।

ময়দা দুই সের মৎস্য এক সের; ঘৃত আধ সের; দধি আধ পোয়া ধনে ৪ তোলা, আদা বাটা ২ তোলা, লবঙ্গ দুই আনা চিনি ২ তোলা ও লবণ দুই তোলা মাত্র।

মাচের পুরী চারা মাচে তেমন ভাল হয় না, সেই জন্য বড় মাচের আবশ্যক। সেই মাচ লইয়া তাহার মাথা ও লেজ কাটিয়া ফেলিবে। এবং পেটটি চিরিয়া নাড়ী ভুঁড়ি বাহির করিয়া ফেলিবে। পরে সেই মাচে নেকড়া জড়াইয়া দুই আঙ্গুল পুরু করিয়া মাটীর লেপ দিবে। এবং বালি পূর্ণ একটী হাড়িতে সেই মাচটি দিয়া জাল দিতে থাকিবে। যখন সেই লেপটি আগুণের মতন গরম হইয়া উঠিবে, সেই সময় নামাইয়া কাঁটা গুলি বাছিয়া ফেলিবে। পরে অৰ্দ্ধেক প্রমাণ আদা বাটা লবণ ও চিনি দিয়া উত্তম রূপে

দলিয়া ফেলিবে, এবং এক ছটাক ঘি ও লংঙ্গ ফোড়ন দিয়া সে গুলি সাতলাইবে। তারপর তিন ছটাক ঘি ময়ান দিয়া ময়দা মাখিবে, এবং তাহার খোল করিয়া মাচের পুর দিয়া লুচির মতন বেলিয়া ভাজিবে; তাহা হইলে মাচের পুরী প্রস্তুত হইবে। এই পুরী ঈষৎ গরম ২ খাইলে বিশেষ সুমিষ্ট হইয়া থাকে।

মাচের ঝুরি ভাজা।

মাচের ঝুরি ভাজা নিতান্ত মুখপ্রিয় হইয়া থাকে, অথচ অল্প ব্যয়ে সামান্য পরিশ্রমে প্রস্তুত হইয়া থাকে। নিম্ন লিখিত প্রণালীতে মাচের ঝুরি ভাজা প্রস্তুত হয়।

প্রথমে মাচের আঁইস গুলি ছাড়াইয়া কুটিয়া ফেলিবে, এবং লবণ হরিদ্রা মাখাইয়া ভাজিবে। তাহার পর খুন্তি দিয়া ঝুরি ২ করিয়া আদার রস দিবে। এবং সরিষার তেল চড়াইয়া গ্যাজলা মরিলে সে গুলি একটু কড়া করিয়া ভাজিয়া লইবে। তাহা হইলে মাচের ঝুরি ভাজা প্রস্তুত হইবে।

গলদা চিংড়ির রসবড়া।

গলদা চিংড়ি মুখপ্রিয় বটে, কিন্তু ভয়ানক অপকারী। ইহাকে যতই কেন সিদ্ধ কর না, কিছুতেই তেমন নরম হয় না। কিন্তু চিংড়ি মাচের রসবড়া প্রস্তুত করিলে মাচ খুব নরম হইয়া পরে এবং খাইতেও উপাদেয় হয়। যে উপায়ে চিংড়ি মাচের রসবড়া প্রস্তুত হয়। তাহা নিম্নে লিখিত হইতেছে।

প্রথমে গলদা চিংড়ি গুলির মাথা ও দাড়া কাটিয়া ফেলিবে এবং সমস্ত খোলা ছাড়াইয়া বাঁটিতে হইবে। বাঁটা হইলে তাহাতে আদার রস লবণ ও খাঁটী সরিষার তেল দিয়া ফেণাইবে। তাহার পর চাটুতে অল্প তৈল দিবে, তৈলের গেজলা মরিয়া গেলে ১০।১২ খানা করিয়া বড়ার আকারে মাচ গুলি দিবে এবং খুন্তির দ্বারা এপিট ওপিট করিয়া ভাজিয়া লইবে। তাহা হইলে চিংড়ি মাচের রসবড়া প্রস্তুত হইবে, তবে একটু বাবধানে ভাজিবে যেন খরিয়া না যায়।

চিংড়ি মাচের সহিত বুটের ডাল।

চিংড়ি মাচের সহিত বুটের ডাল খাইতে নিতান্ত মুখপ্রিয় হইয়া থাকে। অতএব পাঠকেরা ইচ্ছা করিলে ইহা প্রস্তুত করিয়া খাইতে পারেন। ইহা প্রস্তুত করিতে অধিক ব্যয় স্বীকার করিতে হয় না। ইহা প্রস্তুত করিতে হইলে নিম্ন লিখিত উপকরণ সংগ্রহ করিতে হয়।

বুটের ডাল এক সের, মৎস্য এক সের, হলুদ বাটা তিন তোলা, ধনে বাটা চারি তোলা, লঙ্কা বাটা আধ তোলা, আস্তো লঙ্কা দুইটা, জীরে মরিচ বাটা দুই তোলা, আদা আধ তোলা, গরম মসলা চারি আনা, লবঙ্গ চারি আনা, তেজপাতা ছয় খানি, ঘৃত অর্দ্ধ পোয়া, তৈল এক পোয়া, লবণ ছয় তোলা, গুড় এক তোলা ও জল তিন সের।

ইহা রন্ধন করিতে হইলে অতিশয় বড় বড় গলদা চিংড়ির আবশ্যক।

প্রথমে যে রকমে বুটের ডাইল রন্ধন করিতে হয়, সেই রকমে রন্ধন করিবে, পরে চিংড়ি মাচ গুলিকে হলুদ ও লবণ মাখাইয়া ঘৃতে ভাজিবে। ডাল যখন ফুটিয়া উঠিবে, সেই সময় ভাজা মাচ

গুলি নিক্ষেপ করিবে। কিছুক্ষণ পরে যখন মাচ গুলি বেশ সুসিদ্ধ হইয়াছে, সেই সময় গরম মসলা বাটিয়া তাহাতে নিক্ষেপ করিবে। তাহা হইলে বুটের ডালের সহিত চিংড়ি মাচ প্রস্তুত হইয়া থাকে। ইহা খাইতে অতি মুখপ্রিয় বটে, কিন্তু নিতান্ত গুরুপাক হইয়া থাকে।

তেল ঝোল।

আমাদের দেশে নিম ঝোল ইত্যাদি করিয়া অনেক রকমের ঝোল আছে, কিন্তু তেল ঝোল সকলের অপেক্ষা মুখপ্রিয় ও উপাদেয় হইয়া থাকে। নিম্ন লিখিত উপকরণ সংগ্রহ করিলে তেল ঝোল প্রস্তুত হইয়া থাকে।

মৎস্য এক সের আলু এক পোয়া, বেগুণ এক পোয়া, কাঁচকলা এক পোয়া, পটল এক পোয়া, তৈল দেড় পোয়া, জল আধ সের, লঙ্কা ২টা, লবণ ৪ তোলা, হলুদ বাটা ২ তোলা।

প্রথমে তরকারী গুলিকে কুটিয়া শীতল জলে ধুইয়া ফেলিবে। পরে মাচ গুলি কুটিয়া তাতে হলুদ লবণ মাখাইয়া ভাজিয়া ফেলিবে। তার পর একটী পাত্রে কিছু তৈল দিবে। তৈলের

গ্যাজলা মরিলে তরকারী গুলি তাহাতে হেলনী মারিবে ও তাহাতে হলুদ ধনে এবং লঙ্কা বাটা গুলিয়া দিবে এবং পরে মাচ গুলি তাহাতে নিক্ষেপ করিবে। বেশ সুসিদ্ধ হইলে লবণ দিয়া নামাইবে। তাহার পর কাড়িতে বাকী তৈল পাঁচফোড়ন ও লবঙ্গ দিয়া সেই ঝোল সাৎলাইয়া ফেলিবে। তাহা হইলে তেল ঝোল প্রস্তুত হইবে।

ছেচ্ড়া।

ছেচড়ার নাম শুনিয়া অনেকে নাসিকা কুঞ্চিত করেন বটে, কিন্তু রন্ধন করিতে পারিলে, ইহা নিতান্ত উপাদেয় হইয়া থাকে। নিম্ন লিখিত প্রণালী অনুসারে ছেচড়া রন্ধন করিতে হয়।

ছেঁচড়া রন্ধন করিতে হইলে খোসা সমেত আলু, পটল ও উচ্ছে ছাড়াইবে এবং হলুদ মাখাইয়া খানিকক্ষণ রাখিয়া দিবে। তাহার পর কিছু তৈল চড়াইয়া গ্যাজলা মরিলে, তরকারি গুলি বেশ করিয়া হেলনি মারিবে। কাঁটাযুক্ত মাচ হইলে ছেচড়া উত্তম হইয়া থাকে। সেই মাচ গুলি ভাজিয়া ফেলিবে এবং হেলনি মারা তরকারি

কারি গুলি চড়াইয়া ধনে, লঙ্কা ও মরিচ বাটা সামান্য পরিমাণে জলে গুলিয়া তাহাতে দিবে, ফুটিয়া উঠিলে ভাজা মাচ গুলি তাহাতে দিবে, পরে বেশ সুসিদ্ধ হইলে লবণ ঘৃত ও গরম মসলা দিয়া নামাইবে। দেখিবেন ইহা খাইতে কেমন উপাদেয় হইয়াছে।

তৃতীয় অধ্যায়।

ডিম্ব প্রকরণ।

ডিম্বের প্রলেহ।

ডিম খাইতে বেশ সুমিষ্ট, মৎস্য অপেক্ষা ইহার গুণ অধিক, তবে কিঞ্চিৎ দুষ্প্রাপ্য হইয়া থাকে, সেই জন্য যাহাদের পরিপাক শক্তি হ্রাস হইয়াছে, তাহাদের ডিম্ব আহার করা উচিৎ নহে। এক্ষণে কিরূপ উপায়ে ডিম্বের প্রলেহ প্রস্তুত করিতে হয় তাহা নিম্নে লিখিত হইল।

প্রথমতঃ ডিম গুলিকে সিদ্ধ করিয়া খোলা ছাড়াইয়া ফেল এবং ডুমো ডুমো করিয়া ছুরির ধারায় কাট, তাহার পর পাত্রে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া ঘৃত চড়াইয়া দাও এবং সেই ডিম কুচি গুলি সাৎলাইয়া ফেল। যদি /১ সের ডিম হয়; তাহা হইলে চারি তোলা মরিচ এক

পোয়া ঘি চড়াইয়া দাও, এবং সেই ডিম কুচি গুলি সাতলাইয়া ফেল। যদি /১ সের ডিম হয়; তাহা হইলে চারি তোলা মরিচ এক তোলা আদা, ১ তোলা ধনে ১ তোলা লবণ এক তোলা দই, এক পোয়া জলে গুলিয়া সেই সাতলানো ডিমে ঢালিয়া দাও। যখন দেখিবে বেশ সুসিদ্ধ হইয়াছে, তখন তাহাতে খানিক ঘি ও গরম মসলা দিয়া নামাইয়া ফেল। তাহা হইলে উত্তম ডিমের প্রলেহ প্রস্তুত হইবে। ইহার স্বাদ অতি মনোরম হইয়া থাকে পাঠক মহাশয়েরা ইচ্ছা করিলে বাটিতে ইহা প্রস্তুত করিয়া খাইতে পারেন।

ডিমের মলিদা।

উত্তম /১ সের ময়দায় তিনটি ডিম ভাঙ্গিয়া বেশ করিয়া দলিতে থাক, পরে সামান্য জল দিয়া গুটী পাকাও, এবং রুটীর ন্যায় বেলিয়া ঘুটের আগুনে সেক। বেশ সুসিদ্ধ হইলে তাহাতে আধ পোয়া ঘি ৪ তোলা মধু কি এক পোয়া চিনি মাখাইয়া আহার কর। দেখিবে কেমন মধুর আস্বাদন হইয়াছে।

ডিমের মোহন ভোগ।

আমরা পূর্ব্বেই বলিয়াছি যে ডিম নিতান্ত কর দ্রব্য, অধিকন্তু ইহা অতীব সুস্বাদ, ইচ্ছা করিলে, ইহার মিশ্রণে নানা প্রকার উপাদেয় রসনা তৃপ্তকর খাদ্য প্রস্তুত হইয়া থাকে। ডিমের মোহন ভোগ অতি উত্তম হয়, এক্ষণে যে প্রণালীতে এই অতীব উপাদেয় মোহন ভোগ প্রস্তুত করিতে হয়,—তাহা লিখিত হইতেছে।

প্রথমে ৪টি ডিমের কোন এক স্থানে ছিদ্র করিয়া তাহার মধ্যস্থ তরল পদার্থ টুকুন একটী পাত্রে বরাইয়া রাখিবে, এবং দেড় ছটাক বাতাসা তাহাতে দিয়া উত্তম রূপে ফেণাইবে। সেই সময় এক আনা আন্দাজ বাটা জাফরাণ মিশাইয়া পুনরায় বেশ ঘরিয়া ফেণিয়া রাখিয়া দিবে। তাহার পর একটী কড়ায় দেড় ছটাক ঘি চড়াইবে, এবং ৪ তোলা সুজি তাহাতে উত্তমরূপে ভাজিবে, সুজি গুলির রং যখন বেশ লাল হইয়াছে সেই সময় ঐ ফেণানো পদার্থ টুকুন তাহাতে দিবে, এবং এক খানি কাটের খন্তা আলে সিদ্ধ করিবে যখন বেশ ঘন হইয়া আসিবে সেই সময় গরম মসলা গুড়ো ও সামান্য কর্পূর দিয়া নাগাইবে।

তাহা হইলে উত্তম ডিমের মোহন ভোগ প্রস্তুত হইবে। এই মোহন ভোগ জামাই প্রভৃতি আদ-রের পাত্রদের পাতে দেবারি উপযুক্ত, ইচ্ছা করিলে সকল গৃহস্থেরা ইহা গৃহে প্রস্তুত করিতে পারেন কারণ ইহা কঠিন কি অধিক ব্যয় সাধ্য নয়।

ডিম্বামৃত।

ইহা রন্ধন করিতে পারিলে অমৃতোপম সুস্বাদু হইয়া থাকে সেই জন্য ইহার ডিম্বামৃত নাম হই-য়াছে। এক্ষণে ইহার উপকরণ ও রন্ধন প্রাণালী লিখিত হইতেছে।

যদি ১০টা ডিম হয় তাহলে, ঘি আধ ছটাক চিনি এক পোয়া, লেবুর রস এক পোয়া, গরম মসলা ৪ মাষা, লবঙ্গ ২ মাষা ও এক আনা কুঙ্কুম আবশ্যক।

ডিমের মধ্যস্থিত যে হলদে পদার্থ থাকে কেবল সেই টুকুন একটী পাত্রে ঢালিয়া লইবে, এবং কুঙ্কুম ও গরম মসলার গুড়া মিশিয়া বেশ করিয়া ফেটিয়া ফেলিবে, এবং এক খানি পরি-স্কার নেকড়ায় তুলিয়া রাখিবে। তাহার পর

কড়ায় ঘি চড়াইয়া তাহাতে নেবুর রস ঢালিয়া দিবে, অল্পক্ষণ পরে ঘি বেশ পাকিলে সেই ন্যাকড়া টিপিয়া জিলিপের ন্যায় সেই ঘিতে ফেলিতে হইবে ও ঈষৎ খর করিয়া ভাজিয়া লইবে, তাহা হইলে ডিম্বামৃত হইবে। ইহা প্রকৃত পক্ষে এক প্রকার অমৃত হইয়া দাড়াইয়াছে।

ডিমের কালিয়া।

ডিমের এই তরকারিটা আমরা সচরাচর ব্যবহার করিয়া থাকি কারণ ইহা ভাত ও রুটী উভয়েরি প্রিয় সঙ্গী হইবার উপযুক্ত। রন্ধন করিতে পারিলে ইহা নিতান্ত উপাদেয় হইয়া থাকে। পাটার কালিয়া অপেক্ষা পুষ্টিকর না হোক আস্বাদনে বড় তারতম্য হয় না।

যদি ১০টা ডিমের কালিয়া করিতে হয়, তাহলে আধ সের আলু, শীতকাল হইলে আধ পোয়া কড়াই শুটীর দানা, দেড় তোলা হলুদ চারি তোলা বাটা ধনে, দুই তোলা জিরে মরিচ, এক তোলা বাটা লঙ্কা আধ তোলা আদা, চারি আনা ভোর গরম মসলা তিন তোলা লবণ এক ছটাক ঘি ও ৪।৫ খানি তেজপাত আবশ্যক।

প্রথমে ডিম গুলিকে সিদ্ধ করিয়া ছাড়াইবে, এবং ছুরির দ্বারায় দুই খানা করিয়া কাটিবে। পরে কড়ায় ঘি চড়াইয়া তেজপাত ও গোটা কতক লবঙ্গ দিয়া ঘিকে পাকাইয়া আলু ও কড়াইসুটী গুলি উত্তম রূপে হেলেনি মারিবে। তাহার পর বাটা মসলা গুলি গুলিয়া তাহাতে দিবে। যখন বেশ ফুটিতে থাকিবে, সেই সময় ডিম গুলি তাহাতে ছাড়িয়া দিবে। এবং তরকারি গুলি উত্তম রূপে সিদ্ধ হইলে যাহার রুচী হয় অন্ন প্রমাণ পেজের রস দিয়া নামাইয়া রাখিবে। তাহার পর কড়া কি হাণ্ডি বেশ পরিস্কার করিয়া তাহাতে বাকী ঘি টুকুন চড়াইয়া, গ্যাজলা মরিয়া গেলে সঁতলাইয়া লইবে, এবং গরম মসলা দিয়া নামাইবে। তাহা হইলে উত্তম ডিমের কালিয়া প্রস্তুত হইবে। ইহার আস্বাদন মাংস অপেক্ষা কোন অংশে ন্যূন নহে।

ডিমের বড়া।

ডিমের বড়া ভাজিতে হইলে, ডিমের সম্মুখ ভাগে ছেদা করিয়া ভিতরকার তরল পদার্থ টুকুন বাহির করিয়া লইবে এবং তাহাতে লবণ গরম

মসলার গুড়ো জিরে ভাজার গুঁড়ো ও সামান্য একটু বেসম মিশাইয়া বেশ করিয়া ফেলিবে। তাহার পর কড়ায় ঘি চড়াইয়া গ্যাঁজলা মরিয়া গেলে বড়ার আকারে ফেলিয়া লইবে, তাহা হইলে উত্তম ডিমের বড়া ভাজা হইবে,—

ডিমের কট্‌লেট।

মাচ মাংসের ন্যায় ডিমেও উত্তম কট্‌লেট্ প্রস্তুত হইয়া থাকে; এবং ইহার আস্বাদন অতি উত্তম হয়। এক্ষণে যেরূপ উপায়ে ডিমের কট্‌লেট প্রস্তুত হয়, তাহা নিম্নে লিখিত হইতেছে।

প্রথমে কয়েকটি ডিম উত্তম রূপে ধুইয়া গরম জলে সিদ্ধ করিবে, এবং খোসা ছাড়াইয়া ডুমো ডুমো করিয়া কাটিবে। তাহার পর আর কয়েকটার ডিমের ভিতরকার হলদে পদার্থটি বাহির করিবে, এবং তাহাতে পরিমাণ মত লবণ সামান্য বেসম কি ময়দা, মরিচের গুড়া ও আদার রস দিয়া উত্তম রূপে চট্‌কাইবে। তাহার পর সেই ডুমো ডুমো ডিম গুলি তাহাতে মাখাইয়া ঘিয়ে ভাজিবে, তাহা হইলে ডিমের কট্‌লেট প্রস্তুত হইবে। মাংসের কট্‌লেট অপেক্ষা ডিমের কটলেট অধিক সুস্বাদু হইয়া থাকে।

ডিমের পুরী।

যদি ডিমের পুরী প্রস্তুত করিয়া রসনাকে পরিতৃপ্ত করিতে ইচ্ছা কর তাহা হইলে প্রথমে কড়ায় ঘি চড়াইয়া ডিমের অভ্যন্তরের সেই হলদে পদার্থ টুকুন তাহাতে ভাজিবে এবং আর একটা পাত্রে দারুচিনি লবঙ্গ-বাটা এলাচ চূর্ণ লবণ সহ উনুনে চড়াইয়া সেই ভাজা ডিম গুলি তাহাতে ছাড়িয়া দিবে বেশ সুসিদ্ধ হইলে, তাহাতে দুই ফোটা গোলাপি আতর মিশাইয়া নামাইবে, তাহা হইলে উত্তম ডিমের পুরী প্রস্তুত হইবে। ইহার আস্বাদন নিতান্ত মধুর হইয়া থাকে।

ডিমের মধুরাম্ল।

প্রথমে কিঞ্চিৎ ঘৃতে ১ তোলা আদার কুচি ভাজিবে ও একটা পাত্রে রাখিয়া দিবে, তাহার পর ঐ ঘৃতে ১ পোয়া তোলা মাংস সাতলাইবে, এবং উহাতে ২ তোলা লবণ ৪ তোলা ভাজা ধনে চূর্ণ ও গরম মসালা চূর্ণ জল সহ তাহাতে দিবে, এবং শুষ্ক হইলে ডিমের হলদে অংশ সেই মাংসের সহিত মিশাইবে, তাহার পর সেই ভাজা আদার কুচি গুলি ২ মাষা গরম মসালা ও কিঞ্চিৎ

কুঙ্কুম বাটা দিয়া পাত্রের মুখ সরার দ্বারায় উত্তম রূপে বন্ধ করিয়া দিবে এবং সরার উপর কিঞ্চিৎ জল রাখিবে। পরে সেগুলি বেশ তাজা তাজা হইলে নামাইয়া রাখিবে। তখন দেখিবে ইহার আস্বাদন কেমন মধুর হইয়াছে।

চতুর্থ অধ্যায়।

মাংস প্রকরণ।

পাঁটার মাংস হিন্দু মাত্রেই আহার করিয়া থাকেন সেই জন্য আমরা হাঁস বা অন্যান্য পক্ষী মাংসের রন্ধন-প্রণালী পরিত্যাগ করিয়া কেবল পাঁপার নানাবিধ ব্যঞ্জনের উল্লেখ করিলাম।

মাংস ভাজা রন্ধন করিতে পারিলে নিতান্ত উপাদেয় হইয়া থাকে। যদি মাংস /১ সের হয়, তাহা হইলে ৩ তোলা লবণ, আধ সের ময়দা ১ ছটাক আদার রস ও ৪ মাষা মরিচ সংগ্রহ করিবে।

প্রথমে মাংস গুলি বেশ কুচি কুচি করিয়া কুটিবে, ও হলুদ ও লবণ মাখাইয়া রাখিয়া দিবে। তাহার পর হাঁড়িতে কিঞ্চিৎ ঘৃত বা তৈল দিয়া

মাংস গুলি উত্তম রূপে সাতলাইয়া ফেলিবে কিন্তু সাবধান যেন চুইয়া না যায়। পরে মাংস গুলির কাত্ত ছাড়াইয়া আদার রস মরিচ চুর্ণ গরম মসলা প্রভৃতি বেশ করিয়া টালিয়া ফেলিবে। পরে কড়া উনুনে বসাইয়া ঘি ঢালিয়া দিবে। ঘির গেজলা করিয়া গেলে, বড়ার আকারে সে গুলি ভাজিবে। বেশ বাদামি রং হইলে ঝাজরি দিয়া নামাইয়া রাখিবে। তাহা হইলে উত্তম মাংস ভাজা প্রস্তুত হইবে।

পাঁটার ক্যারি বা ঝোল।

সাধারণতঃ বাঙ্গালীর গৃহে পাঁটার এই ব্যঞ্জনটী অধিক প্রচলিত আছে। কারণ তাত রুটী লুচি, সকলকার সঙ্গে ইহার সদ্ভাব আছে। এক্ষণে ক্যারি রাধিবার নিয়ম ও উপকরণাদি লিখিত হইতেছে।

কচি পাঁটার মাংস আধ সের, ঘৃত এক ছটাক জল আধ সের লবণ দেড় তোলা হলুদ বাটা আধ ভরি; লঙ্কা বাটা আধ ভরি, চারি আনা ভোর আদা ছেচা, আধ ভরি, ভাজা ধনে গুড়া ও ৪ আনা ভোর গরম মসলার প্রয়োজন।

প্রথমে ধনে ও গরম মসলা ভিন্ন আর সমস্ত বাটা মসলা ও আদা ছেঁচা মাংসে মাখিবে, তাহার পর কড়ায় ঘি চড়াইয়া খান দুই তেজ-পাত ফোড়ন দিবে, ঘি উত্তমরূপে পাকিয়া উঠিলে তাহাতে মাংস গুলি দিয়া উত্তমরূপে নাড়িতে থাকিবে ইহাকে মাংস কসা বলে। এই রূপ প্রক্রিয়ার দ্বারায় যখন মাংস আধ সিদ্ধ হইয়া আসিবে সেই সময় যে প্রকার ঝোল রাখিতে ইচ্ছা করিবে, সেই পরিমাণ গরম জল তাহাতে দিবে এবং মৃদু মৃদু জ্বাল দিতে থাকিবে। যখন দেখিবে মাংস উত্তম রূপ সুসিদ্ধ হইয়াছে হাড় আপনি খুলিয়া আসিতেছে, সেই সময় লবণ ও ধনের গুঁড়া দিয়া নামাইবে। এবং কড়ায় ঘি ও গরম মসলা দিয়া সাংলাইয়া লইবে। এই রূপ পাঁঠার ক্যারি সহজে প্রস্তুত হইয়া থাকে এবং আস্বাদনও মন্দ হয় না।

মাংসের পুরী।

মাংসের পুরী খাইতে খুব উপাদেয় হয় বটে, কিন্তু ইহা প্রস্তুত করা কিঞ্চিৎ শ্রম সাধ্য ও ব্যয় সাপেক্ষ, মধ্যবিত্ত গৃহস্থদের পক্ষে ইহা প্রস্তুত

করা বড় সুবিধা জনক নহে। ধনকুবের মহা-শয়েরা ইচ্ছা করিলে ইহার দ্বারায় রসনা পরি-তৃপ্ত করিতে পারেন।

যদি মাংস ৴১ সের হয় তাহা হইলে ৴১ সের ময়দা ৴১ সের ঘি ২ মাষা দারচিনি ২ মাষা লবঙ্গ ৪॥ মাষা মরিচ, আদা ২ তোলা, ধনে ২ তোলা, ছোলার ডাল ১ ছটাক ও তিন তোলা লবণের আবশ্যক।

প্রথমে ময়দায় ময়ান দিয়া মাখিবে। ডাল গুলি ঘৃতে ভাজিয়া কুটিয়া ফেলিবে। তাহার পর মাংস গুলিরে খুড়িয়া সেই চূর্ণ করা ডাল তাহার সহিত মিশাইয়া ফেলিবে। পরে মসলা ও লবণ মিশাইবে, তাহার পর কড়ায় অল্প ঘি চড়াইয়া সেই মেশানো মাংস গুলি ভাজিয়া ফেলিবে। পরে সেই ময়দার চৌস নির্ম্মাণ করিয়া তাহার ভিতর সেই মাংসের পুর দিয়া লুচির মতন বেলিয়া ঘিতে ভাজিবে তাহা হইলেই মাংসের পুরী প্রস্তুত হইবে। ইহার আস্বা-দন অতীব মনোহর হইয়া থাকে।

মাংসের মিষ্ট পিটে।

প্রথমে মাংসকে উত্তম রূপে থুড়িয়া জলে সিদ্ধ করিবে তাহার পর তাহাতে বাদাম বাটা অল্প চিনি মরিচ ও গরম মসলায় মিশাইয়া উত্তম রূপে চট্‌কাইবে। অন্য একটা পাত্রে গোটা কয়েক ডিমের কেবল সেই হলদে অংশটা বরাইয়া লইবে। পরে সেই চটকানো মাংস গোল্লা সন্দেশের মতন—গোল গোল করিয়া ডিমের সেই হলদে অংশটা মাখাইয়া ঘিয়ে ভাজিবে, এবং বাদামি রং হইলে নামাইবে। মাংসের অনেক রকম পিটা প্রস্তুতের নিয়ম, আছে, তাহার মধ্যে এই প্রণালীটা সহজ বলিয়া প্রকাশ করিলাম।

মাংসের লুচি।

মাংসের লুচি প্রস্তুত করিবার উপকরণ ও পরিমাণ লিখিত হইতেছে।

মাংস ⁄৪ সের ময়দা ⁄১ সের ঘি তিন পোয়া দারু চিনি ২ মাষা, লবঙ্গ ২ মাষা, এলাচ ২॥ মাষা আদা ২ তোলা ধনে ৪ তোলা ছোলার

ডাল ৶ ছটাক। তবে শীতকাল হইলে ⁄। পোয়া ডাল লইবে।

প্রথমে ময়দার পরিমাণ মত ময়ান দিয়া উত্তম রূপে মাখিবে তাহার পর ছোলার ডাল গুলি ঘিতে ভাজিয়া ধুলোর ন্যায় চূর্ণ করিয়া ফেলিবে, পরে মাংস খুব মিহি করিয়া খুড়িয়া তাহাতে ঐ গুড়ানো ডাল, মসলার গুড়ো ও আদার রস মিশাইবে। তৎপরে কড়া জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে ঘি দিবে এবং গ্যাজলা মরিয়া গেলে ঐ মেসানো মাংস উত্তমরূপে ভাজিয়া লইবে। পরে ... ময়দার চৌস করিয়া তাহার মধ্যে ঐ ভাজা মাংসের পুর দিবে এবং মুখ আটিয়া ভাজিয়া লইবে। তাহা হইলে মাংসের পুরী প্রস্তুত হইবে। ইহার আস্বাদন নিতান্ত মনোহর হইয়া থাকে।

মাংসের কালিয়া।

মাংসের অন্যান্য ব্যঞ্জন অপেক্ষা এই কালিয়ার অধিক প্রচলন দৃষ্ট হইয়া থাকে। কেন না রুটী লুচি কি অন্ন সকলকার সঙ্গে ইহার মিলন মন রস হইয়া থাকে। এই কালিয়া কিরূপে

রন্ধন [illegible] নিতান্ত উপাদের হইয়া থাকে, তাহা লিখিত হইতেছে।

যদি [illegible] র পাট হয় তাহলে আধ সের গোল আলু [illegible] আধ পোয়া, সরিষার তেল এক ছটাক, বাটা হলুদ এক তোলা ছেচা আদা ১ তোলা জিরে মরিচ ২ তোলা বাটা ধনে ৪ তোলা লবণ ৪ তোলা ছোট এলাচের দানা তিন আনা আস্ত লবঙ্গ দেড় আনা দারু চিনি লঙ্কা দেড় তোলা তেজপাত ৭।৮ খানি, বাতাসা এক তোলা ও আড়াই সের জলের আবশ্যক।

প্রথমে মাংস গুলিকে ডুমো২ করিয়া কুটিবে, এবং এক তোলা লবণ, এক তোলা হলুদ, এক তোলা ধনে, সমস্ত টুকুন লঙ্কা ও জিরে মরিচ বাটা এবং সরিষার তেল টুকুন তাহাতে দিয়া উত্তমরূপে চটকাইবে। পরে এক খানা গামচা কি অন্য কিছু চাপা দিয়া আধ ঘণ্টাটাক রাখিয়া দিবে। আলু গুলিকে আধ ভাজা করিয়া স্বতন্ত্র পাত্রে রাখিবে। তাহার পর উনুনে হাড়ি চড়াইয়া তাহাতে ঘি দিবে, এবং গোটা কয়েক তেজপাত ও লবঙ্গ তাহাতে ভাজিবে। যখন ঘি হইতে ধোয়া বহির্গত হইতেছে দেখিবে। সেই মাংস গুলি তাহাতে দিয়া একবার উত্তমরূপে নাড়িয়া

সরা ঢাকিয়া দিবে, ও বেশ করিয়া আঁচ দিতে থাকিবে। যখন দেখিবে মাংস হইতে জল বহির্গত হইয়া সেই জল মরিয়া গিয়াছে, সেই সময় জল ঢালিয়া দিবে, এবং ফুটিবার মুখে গরম মসলা ব্যতীত আর ২ বাটা মসলা, বাকী লবণ টুকুন ও আলু তাহাতে নিক্ষেপ করিবে, এবং জ্বাল কমাইয়া মৃদু আঁচে সিদ্ধ করিতে থাকিবে। যখন দেখিবে মাংস বেশ সুসিদ্ধ হইয়াছে, হাড় হইতে মাংস আপনি ছাড়িয়া আসিতেছে, সেই সময় গরম মসলা ও বাকী ঘি টুকুন ঢালিয়া দিয়া নামাইবে। সাধারণতঃ এইরূপ প্রণালীতে মাংসের কালিয়া প্রস্তুত হইয়া থাকে।

মাংসের ভর্ত্তা।

মাংসের ভর্ত্তা প্রস্তুত করিতে হইলে নিম্ন লিখিত উপকরণ গুলি সংগ্রহ করিতে হয়।

যদি ৵১ সের মাংস হয়, তাহা হইলে এক পোয়া ঘৃত, এক পোয়া দধি, দুই আনা চিনি, দুই আনা ছোট এলাচ, দেড় আনা লবঙ্গ দেড় তোলা আদা বাটা দুই তোলা ধনে বাটা ও তিন তোলা লবণের আবশ্যক।

খুব কচি পাঁচার মাংস হইলে ভর্ত্তা উত্তম হইয়া থাকে। প্রথমে মাংস হইতে হাড় গুজি বাছিয়া ফেলিবে। তাহার পর উনুনে হাড়ি চাপাইয়া ঘি ঢালিয়া দিবে, এবং গ্যাজলা মরিয়া গেলে আদার কুচি ও লবঙ্গ গুলি তাহাতে দিয়া নাড়িতে থাকিবে। যখন সে গুলি বেশ ভাজা ২ হইয়াছে, সেই সময় মাংস গুলি তাহাতে নিক্ষেপ করিয়া নাড়িতে থাকিবে। মাংস গুলির রং ঈষৎ বাদামি হইলে ধনে বাটা ও লবণ পরিমাণ মত জলে গুলিয়া তাহাতে দিবে, এবং সরা দ্বারায় হাড়ির মুখ ঢাকিয়া রাখিবে। বেশ সুসিদ্ধ হইলে পোস্ত দানা বাটা ও বাদাম বাটা তাহাতে দিয়া নামাইবে। তাহার পর অন্য একটী পাত্র উনুনে চড়াইয়া ঘি ঢালিয়া দিবে, এবং গ্যাজলা মরিয়া গেলে সিদ্ধ করা মাংস গুলি ঢালিয়া দিবে, ও দৈই টুকুন ও চিনি এই সময় দিবে, বেশ ফুটিতে আরম্ভ করিলে, বাকী ঘি ও গরম মসলা তাহাতে দিয়া নামাইয়া ফেলিবে। ঝোল থাকিলে ভর্ত্তা তেমন সুস্বাদ হয় না, সেই জন্য অধিক জল দিবে না।

মাংসের কোপ্তা।

এক্ষণে কোপ্তা প্রস্তুত করিবার প্রণালী লিখিত হইতেছে।

খুব কচি মাংস এক সের ঘৃত আধ সের ডিম ৫টা বেসম এক ছটাক পোস্ত বাটা ২ তোলা বাদাম বাটা ২ তোলা লঙ্কা বাটা দুই তোলা লবঙ্গ বাটা দুই তোলা ধনে বাটা তিন তোলা ছোট এলাচ গুড়া চারি আনা, আদা বাটা ২ তোলা হলুদ বাটা ২ তোলা ও লবণ তিন তোলা।

প্রথমে মাংস কে জলে সিদ্ধ করিয়া হাড় বাছিয়া ফেলিবে, এবং বেসম ও যাবতীয় বাটা মসলা গুলি লবণ এবং বাদাম পোস্ত বাটা ও ডিমের হলদে অংশ টুকুন মিশাইয়া বেশ করিয়া চটকাইবে। তাহার পর কড়ায় ঘি চড়াইয়া গ্যাজলা মরিয়া গেলে সেই মেসানো মাংস গুলি সাতলাইয়া লইবে। তাহা হইলে উত্তম কোপ্তা প্রস্তুত হইবে।

মাংসের অম্ল।

মাংস /১ সের ধনে বাটা ২ তোলা লবণ ৪ তোলা গোল মরিচ আধ তোলা দধি এক পোয়া, হলুদ ২ তোলা সরিষা ৪ আনা ঘৃত আড়াই ছটাক তেঁতুল ৪ তোলা দারু চিনি সিকি ভোর ছোট এলাচ দুই আনা গোলাপ জল ২ তোলা জল দেড় সের।

যে রূপ প্রণালীতে কালিয়ে রাধিতে হয় সেই রূপে রাধিবে, এবং নাতলাইবার পূর্ব্বে গোলাপ জলে তেঁতুল গুলিয়া চিনি মিশ্রিত করিয়া দিবে। তাহা হইলে মাংসের অম্ল প্রস্তুত হইবে।

মাংসের কট্‌লেট।

যদি /১ সের মাংস হয়, তাহা হইলে ১ তোলা হলুদ ১৷৷ তোলা জিরে মরিচ, তিন তোলা ধনে তিন তোলা লবণ, সিকি ভরি লবঙ্গ ৶ ভোর দারু চিনি ৶ আনা ছোট এলাচ ও কিছু বিস্কুটের গুড়োর আবশ্যক।

দাবনার মাংস হইলে উত্তম কটলেট হইয়া থাকে। প্রথমে মাংসের বড় ২ হাড় বাহির করিয়া ফেলিবে, ও খুব মিহি করিয়া খুড়িবে। তাহার

পর /১ সের জলে ঐ মাংসটি সিদ্ধ করিয়া ঐ সমস্ত মসলা গুড়ো করিয়া লবণ সহ তাহাতে দিয়া উত্তমরূপে চটকাইবে। পরে, যে রূপ লুচির লেচি কাটে, সেইরূপ লেচির ন্যায় কাটিয়া ঈষৎ চেপ্‌টা করিবে, এবং দুদিকে সেই বিস্কুটের গুড়া মাখাইয়া ঘিরে ভাজিবে, ঈষৎ বাদামি রং হইলে নামাইবে। মাংসের অন্যান্য খাদ্যের মধ্যে এই কট্‌লেট নিতান্ত উপাদেয় হইয়া থাকে। সেই জন্য অনেকে ইহা খাইতে ভাল বাসিয়া থাকেন।

মাংসের রোষ্ট।

ইহা ইংরাজি খাদ্য আমাদের দেশে ও প্রকার প্রণালীতে মাংস প্রস্তুত করিবার রীতি প্রচলন নাই। ইংরাজেরা অত্যন্ত মাংস প্রিয় বটে, কিন্তু সিদ্ধ ও দগ্ধ করা ভিন্ন আর কোন প্রকার রন্ধন প্রণালী তাহারা পরিজ্ঞাত নহে। আজ কাল আমাদের দেশের যুবক বৃন্দ ইংরাজি ভাবে বিভোর হইয়া আছে। তাহাদের খাদ্য প্রণালী নিতান্ত উপাদেয় ও রসনা তৃপ্ত কর বলিয়া বোধ করিয়া থাকে, সেই জন্য মাংসের রোষ্ট লিখিত হইল।

দাবানা বা ঘাড়ের এক খণ্ড, আস্তো মাংসকে লবণ ভিন্ন আর সমস্ত গুড়ো মসলা মাখাইয়া একটা লোহার সিকেতে বিদ্ধ করিবে। নীচেতে প্রচুর পরিমাণে কাটের কয়লায় আগুণ করিবে, এবং এক জন সেই সিক বিদ্ধ মাংস সেই আগুণের উপরে আস্তে ২ ঘুরাইতে থাকিবে, আর এক জন ফোটা ২ করিয়া তাহার উপর ঘি ঢালিতে থাকিবে, এইরূপ করিতে ২ যখন মাংসের রং আরসোলার ন্যায় হইবে, সেই সময় বুঝিবে যে রোষ্ট প্রস্তুত হইয়াছে। তাহার পর ছুরি দ্বারায় খণ্ড ২ করিয়া কাটিয়া পরিবেশন করিবে, এবং খাইবার সময় লবণ ও মরিচ গুড়া মিশ্রিত করিয়া লইবে।

মাংসের পেরেল।

ইহা ও ইংরাজি খাদ্য, এক্ষণে ইহার প্রস্তুত প্রণালী লিখিত হইতেছে।

যদি ৴১ সের মাংস হয় তাহা হইলে ১ তোলা হলুদ ১॥ তোলা জিরে মরিচ তিন তোলা ধনে, ২ তোলা আদা বাটা ১ তোলা পিয়াজ বাটা ২ তোলা দধি, তিন তোলা লবণ ৪ আনা লবঙ্গ

দুই আনা দারু চিনি ও দুই আনা ছোট এলাচের আবশ্যক।

প্রথমে মাংসকে চারি আঙ্গুল চওড়া ও ছয় আঙ্গুল লম্বা করিয়া শ্লাইস কাটিবে। তাহার পর ঐ সমস্ত মসলা গুড়া করিয়া প্রত্যেক শ্লাইসের উপর পিটে উত্তমরূপে মাখাইবে। গেরাল দানি নামে চক্রাকার এক প্রকার বস্তু আছে। মেজের উপর প্রচুর পরিমাণে দেশী কয়লার আগুণ করিয়া তাহার উপর ঐ গেরাল দানি বসাইবে, এবং তাহাতে ঘি ঢালিয়া মাংস গুলি সাজাইয়া দিবে। এক পিঠ বাদামি রং হইলে অন্য পিট ফিরাইয়া দিবে। এইরূপে উভয় পিট সুসিদ্ধ হইলে মাংসের গেরেল প্রস্তুত হইবে।

দধি পলান্ন।

দধি পলান্ন প্রস্তুত করিতে হইলে নিম্ন লিখিত উপকরণ গুলি সংগ্রহ করিতে হয়।

মাংস ৴১ সের চাউল ৴১ সের ঘৃত এক পোয়া দধি আধ সের পাতি লেবু একটা আদা ২ তোলা, ধনে ২ তোলা কেলে জিরে ১ তোলা তেজ পাত ২ তোলা, লবণ চারি তোলা মরিচ

৪॥ তোলা, ছোট এলাচ সিকি তোর, লবঙ্গ সিকি তোর, ও চারু চিনি আধ আনা আবশ্যক।

বেশ করিয়া মাংস গুলি থুড়িয়া ফেলিবে, তাহার পর একটা পুটুলিতে ঐ সমস্ত মসলা পুরিয়া তার আখনি জল প্রস্তুত কর, এবং সেই জলে মাংস সিদ্ধ করিয়া মাংস ও জল আন্দাজ করিয়া রাখ। মাংস গুলি ১ ছটাক ঘিতে সাতলা-ইয়া লও। তাহার পরে একটী পাত্রে তেজ-পাতা সাজাইবে, ও কাল জিরে ছড়াইয়া দিবে, তাহাতে মাংস গুলি সাজাও, ও গরম মসলা চূর্ণ করিয়া দাও। তাহার পর তাহার উপর চাউল গুলি দাও ও সেই দধি ও আখ্‌নি জল দিয়া আচে বসাও। আধ সিদ্ধ হইলে লেবুর রস তাহাতে দাও, ও বাকী ঘি টুকুন দিয়া দমে বসাইবে, তাহা হইলেই দধি পলান্ন প্রস্তুত হইবে। ইহার আস্বাদন নিতান্ত মধুর হইয়া থাকে।

কমলা লেবুর পলান্ন।

কমলা লেবুর কোয়া /১ সের কমলা লেবুর রস আধ সের; চিনি আধ পোয়া চাউল আধ সের ঘৃত ১ পোয়া, ছোট এলাচের দানা দুই

আনা, দারু চিনি দুই আনা লবঙ্গ দুই আনা, কিস্‌মিস্‌ আধ তোলা, বাদাম ১ তোলা পেস্তা এক তোলা জাকরান দুই আনা, ক্ষীর আধ পোয়া লবঙ্গ দুই তোলা ও জল এক সের।

প্রথমে বাদাম কিস্‌মিস ও পেস্তা গুলি ঘিতে ভাজিবে। তাহার পর আধ পোয়া ঘি চড়াইয়া গরম মসলা গুলি ভাজিবে, পরে এই ঘৃতে চাউল গুলি ঢালিয়া দাও, আধ ভাজা হইলে লেবুর রস দিবে পরে গরম মসল ও লবণ দিয়া সরার দ্বারায় হাঁড়ির মুখ বন্ধ কর, ও খুব মৃদু জ্বাল দাও। যখন দেখিবে চাউল গুলি সুসিদ্ধ হইয়াছে সেই সময় লেবুর কোয়া বাদাম পেস্তা কিস্‌মিস ক্ষীর ও চিনি তাহাতে ঢালিয়া দাও, ও উনুন হইতে নামাইয়া দমে বসাইয়া রাখ, তাহা হইলে কমলান্ন বা কমলা লেবুর পলান্ন প্রস্তুত হইবে।

আনারসের চাটনি।

আনারস কোটা /১ সের কলিচুন ১ তোলা, হলুদ বাটা এক তোলা লেবুর রস ১ ছটাক কিস্‌মিস আধ পোয়া চিনি আধ পোয়া সরিষা এক

আনা, সরিষা বাটা তিন তোলা, এলাচ দানা তিন তোলা ও ঘৃত আধ ছটাক।

প্রথমে আনারস গুলি ছাড়াইয়া ডুমো ডুমো করিয়া কুটিবে এবং কলি চুন মাখাইয়া ধুইয়া ফেলিবে পরে সে গুলিকে পুনরায় হলুদ মাখাইয়া ধুইবে। তাহার পর জলে সেই আনারস গুলি সিদ্ধ করিবে। সুসিদ্ধ হইলে তাহাতে লেবুর রস ও কিস্‌মিস ফেলিয়া দিবে। পরে অন্য একটা পাত্র উনুনে চড়াইয়া ছোট এলাচের দানা ও সরষে ফোড়ন দিবে। ঘিয়ের গ্যাজলা মরিয়া গেলে তাহাতে সিদ্ধ করা আনারস গুলি ঢালিয়া দিবে, ফুটিতে আরম্ভ করিলে চিনি দিবে, ও ৫।৬ মিনিট জালে রাখিয়া নামাইয়া ফেলিবে। তাহা হইলেই উত্তম আনারসের চাটনি প্রস্তুত হইবে। অন্যান্য চাটনি এই আনারসের চাটনি সমধিক মুখ প্রিয় হইয়া থাকে।

আলুর চাট্‌নি।

প্রথমে আলু গুলিরে ডুমো ২ করিয়া কুটিবে, এবং অল্প হলুদ মাখাইয়া ধুইয়া ফেলিবে। তাহার পর হাঁড়ি উনুনে বসাইয়া তেল আন্দো

গোটা দুই লঙ্কা পাঁচ ফোড়ন ও সরষে ফোড়ন দিবে, ও তেলের প্যাজলা মরিয়া গেলে, আলু গুলি তাহাতে দিয়া আধ ভাজা করিবে। পরে পরিমাণ মত জল তেঁতুল গুলিয়া তাহাতে দিবে। বেশ ফুটিতে থাকিলে লবণ দিয়া নামাইবে।

পুদিনা সাকের চাট্‌নি।

পুদিনাসাক এক ছটাক একটা পাতি লেবু, লঙ্কা ২।৩ টা লবঙ্গ চুর্ণ এক আনা, তেঁতুল আধ ছটাক, চিনি দুই তোলা, ও লবণ চারি তোলা।

প্রথমে পুদিনাসাক গুলি যে আধ বাটা করিয়া লেবুর রস ছাড়া আর২ সমস্ত মসলা চুর্ণ ও লবণ দিয়া উত্তম রূপে চটকাইবে। যখন দেখিবে বেশ মিশ্রিত হইয়াছে, সেই সময় সামান্য জলে তেঁতুল গুলিয়া চিনি ও লেবুর রস সহ তাহাতে দিবে, ও উত্তমরূপে মিশ্রিত করিয়া ফেলিবে তাহা হইলেই পুদিনার চাটনি প্রস্তুত হইবে। এই পুদিনার চাট্‌নি অগ্নিতে পাক করিবার তেমন আবশ্যক হয় না। কাঁচা অবস্থায় বেশ সুতার হইয়া থাকে।

আমড়ার চাট্‌নি।

কচি ২ আমড়ার উত্তম চাট্‌নি হইয়া থাকে। প্রথমে আমড়া গুলি কুটিয়া অল্প হলুদ মাখাইয়া ধুইয়া ফেলিবে। পরে হাঁড়িতে তেল দিয়া তাহাতে পাঁচ ফোড়ন ও সরিষা ফোড়ন দিবে। তেল পাকিয়া উঠিলে তাহাতে আমড়া গুলি সাতলাইবে। যখন দেখিবে আমড়া গুলি রং বাদামি হইয়াছে সেই সময় পোস্তদানা বাটা জলে গুলিয়া তাহাতে দিবে। বেশ ফুটিতে আরম্ভ করিলে পরিমাণ মত লবণ ও চিনি দিবে, ও পাতি লেবুর রস তাহাতে দিয়া নামাইবে। এই আমড়ার চাটনি নিতান্ত মুখ প্রিয় হইয়া থাকে। এমনি কি যাহার অরুচী হইয়াছে, তাহার ও রুচী হয়।

আলু বখরার চাট্‌নি।

প্রথমে একটী পাত্রে আলু বখরা গুলি ভিজাইয়া রাখিবে। তাহার পর হাঁড়িতে তেল চড়াইয়া সরষে ও পাঁচ ফোড়ন দিবে। তেল বেশ পাকিয়া উঠিলে কতক গুলি কিস্‌মিস তাহাতে দিবে, আধ ভাজা হইলে আলুবাখরা

জলে গুলিয়া তাহাতে দিবে। বেশ ফুটিতে আরম্ভ করিলে অল্প পরিমাণ বাটা হলুদ লবণ ও চিনি নিক্ষেপ করিবে। জল মরিয়া কাই ২ হইলে নামাইয়া রাখিবে।

পায়স।

কামিনী ধানের চাউলের উৎকৃষ্ট পায়স হইয়া থাকে। অনেকে সুজির পায়স প্রস্তুত করিয়া থাকেন, কিন্তু চাউলের পায়সের ন্যায় তাহার আস্বাদন হয় না।

উত্তম পায়স রন্ধন করিতে হইলে /১ সের খাঁটি দুগ্ধ আধ পোয়া চাউল, আড়াই পোয়া বাতাসা এক ছটাক ঘৃত ৪ তোলা ছাড়ানো বাদাম ৩ তোলা কিস্‌মিস ২ তোলা পেস্তা, ৴ ভোর ছোট এলাচের গুঁড়া ও সামান্য একটু কর্পূরের আবশ্যক।

প্রথমে চাউল গুলিরে অল্প জলে সিদ্ধ করিতে চড়াইবে। আধ সিদ্ধ হইলে ঘৃত টুকুন তাহাতে দিবে, এবং ক্রমে ক্রমে দুগ্ধ তাহাতে খাওয়াইবে। যখন বেশ ফুটিতে থাকিবে সেই সময় প্রথমে বাতাসা ও পরে বাদাম কিস্‌মিস পেস্তা

তাহাতে নিক্ষেপ করিবে, ও উত্তমরূপে কাটি দিতে থাকিবে। কারণ তলা ধরিয়া গেলে পায়স নিতান্ত বিস্বাদ ও দুর্গন্ধ যুক্ত হইয়া থাকে। তাহার পর যখন দেখিবে পায়স বেশ ঘন হইয়াছে, সেই সময় এলাচের গুড়ো ও কর্পুর টুকুন দিয়া নামাইবে। সুজির পায়সও অবিকল এই রূপ প্রণালীতে প্রস্তুত হইয়া থাকে। তবে প্রথমে ঘি দিয়া সুজি গুলি ভাজিয়া লওয়া কর্তব্য। আমাদের দেশে অনেক প্রকার পিষ্টক প্রস্তুত প্রণালী প্রচলিত আছে। মিষ্টান্ন অধ্যায়ের শেষ ভাগে সে সকল উল্লেখিত হইবে।

পঞ্চম অধ্যায়।

বিবিধ মিষ্টান্ন প্রস্তুত প্রণালী।

ফুলকো লুচি প্রস্তুত করণ।

এক সের ময়দায় ১ ছটাক ঘিয়ের ময়ান দিয়া মাখিতে হইবে পরে এক খানি বার কোসে পরিমাণ মত জল দিয়া দলিতে হইবে। যখন দেখিবে ময়দা মাখা ঠিক হইয়াছে, তখন ছোট২ গুলি পাকাইবে। অনন্তর তাহা বেলিয়া ঘৃতে

ভাজিলে উত্তম ফুলকো লুচি প্রস্তুত হইবে। তবে অন্যান্য লুচি অপেক্ষা ইহার আকার কিঞ্চিৎ ছোট হওয়া আবশ্যক।

খাস্তা লুচি।

খাস্তার লুচি ভাজিতে হইলে /১ সের ময়দার দেড় ছটাক ময়ান দিয়া মাখিবে, পরে গাওয়া ঘৃতে একটু কষা করিয়া ভাজিবে। একেবারে ২০ খানির অধিক খোলায় দিবে না। ভাজা হইলে একটী বাটির উপর চুপড়ি বসাইয়া তাহাতে লুচিগুলি রাখিবে তাহা হইলে লুচির গা হইতে ঘি ঝরিয়া পড়িবে। অন্যান্য লুচি অপেক্ষা এই খাস্তার লুচি নিতান্ত উপাদেয় হইয়া থাকে দন্ত হীন বৃদ্ধেরা অবধি অনায়াসে আহার করিতে পারিবে।

কচুরি প্রস্তুত প্রণালী।

উত্তম কচুরি প্রস্তুত করিতে হইলে /১ সের ময়দায় আধ পোয়া ময়ান দিবে, ময়ান দিয়া উত্তমরূপে ঠাসিবে, অনন্তর ছোট ২ লেচী কাটিয়া তাহাতে পুর দিবে। পুরের জন্য এক পোয়া ছোলার ডাল সিদ্ধ করিবে। পরে তাহাতে

কৃষ্ণ জীরা মৌরী ও লবণ মিশাইয়া পুর প্রস্তুত করিবে। তাহার পর সেই লেচী গুলিতে খোল করিয়া তাহার মধ্যে পুর দিয়া মুখ আটিয়া দিবে, এবং ঈষৎ চেপ্‌টা করিয়া ঘিতে ভাজিয়া ফেলিবে। তাহা হইলে কচুরি প্রস্তুত হইবে।

বড় কচুরি।

অন্য কচুরি অপেক্ষা বড় কচুরি প্রস্তুত প্রণালীর প্রভেদ আছে। প্রথমে কলায়ের ডাল ভিজাইয়া কাঁচা বাটিতে হইবে। পরে মৌরী কৃষ্ণ জীরা তেজপাত তাহাতে দিয়া ঘিতে ভাজিয়া লইবে, তাহা হইলে বড় কচুরির পুর প্রস্তুত হইবে। অনেকে এই পুরের সঙ্গে সামান্য হিং মিশাইয়া থাকেন। পুর প্রস্তুত হইলে ⁄১ সের ময়দায় এক পোয়া ঘিয়ের ময়ান দিয়া খুব ঠাসিবে। তাহার পর লেচী কাটিয়া তাহার খোল করিবে, এবং তাহার মধ্যে পুর দিয়া মুখ বন্ধ করিবে। তাহার পর তাহাতে চাপাড়াইয়া ঘৃতে ভাজিবে। এই কচুরির আস্বাদন নিতান্ত মধুর হইয়া থাকে।

সিঙ্গেড়া প্রস্তুত প্রণালী।

প্রথমে আলু সিদ্ধ করিয়া তাহার খোসা

ছ ভাইয়া ফেলিবে। পরে কাল জীরা মৌরি মরিচ গুঁড়া ও লবণ আলুতে মিশাইয়া পুর প্রস্তুত করিয়া রাখিবে। তাহার পর /১ সের ময়দায় এক ছটাক ময়ান দিয়া মাখিবে, মাখা হইলে বেলিয়া ছুরি দিয়া কাটিবে, এবং তাহাতে ঠোঙ্গা প্রস্তুত করিয়া তাহার মধ্যে সেই আলুর পুর দিবে ও জলের হাত দিয়া তাহার চারি দিক আটিয়া দিতে হইবে। তাহার পর একটু কড়া করিয়া ঘিতে ভাজিয়া ফেলিবে তাহা হইলে সিঙ্গেড়া প্রস্তুত হইবে। ইহার আস্বাদন অতি উত্তম হইয়া থাকে।

সাউ প্রস্তুত প্রণালী।

এক সের বেসম জলে গুলিয়া উত্তমরূপে ফেনাইবে, ফেনানো শেষ হইলে, কড়া আচে বসাইয়া তাহাতে ঘি ঢালিবে এবং ঘি পাকিয়া উঠিলে, এক খানি ঝাজরা ধরিয়া তাহাতে ঐ বেসম দিবে, তাহা হইলে সুতোর আকারে বেসম ঘৃতে পড়িবে। যখন দেখিবে সে গুলি বেশ লাল হইয়াছে, সেই সময় উঠাইবে। তাহা হইলে সাউ ভাজা হইবে। ইহা একটু কড়া করিয়া ভাজা কর্তব্য।

পাঁপর ভাজিবার প্রণালী।

মুগ কিম্বা মটর দালে পাঁপর প্রস্তুত হইয়া থাকে। তিন পোয়া দাল সিদ্ধ করিয়া বাটিয়া ফেলিবে, পরে এক পোয়া মিহি বেসম মিশাইয়া উত্তমরূপে ঠাসিবে। যখন দেখিবে বেশ চিট ধরিয়াছে, সেই সময় কৃষ্ণজীরা গোলমরিচ ও মৌরী তাহাতে মিশাইবে এবং রুটীর ন্যায় পাতলা করিয়া বেলিবে, তাহা হইলেই কাঁচা পাঁপর প্রস্তুত হইবে, অনন্তর ঐ পাঁপর ঘৃতে কিম্বা তৈলে ভাজিয়া ফেলিলে পাঁপর ভাজা হইবে। পাঁপর ভাজা খাইতে অতি সুস্বাদ হইয়া থাকে।

ঝাল বড়া প্রস্তুত প্রণালী।

অর্দ্ধ সের মটর দাল ভিজাইয়া বাটিয়া ফেলিবে এবং কিছু আস্তো ছোলার দাল তাহার সহিত মিশাইবে। তাহার পর তাহাতে পরিমাণ মত লঙ্কা বাটা, লবণ ও আস্তো গোলমরিচ দিয়া খুব ফেণাইবে। উত্তমরূপে ফেণানো হইলে একখানি কড়া আঁচে চড়াইয়া তাহাতে ঘি ঢালিবে, ঘি পাকিয়া উঠিলে ঐ ফেণানো

দাল বড়ার আকারে তাহাতে ফেলিবে, ও একটু কড়া করিয়া ভাজিবে। এই ডালবড়া ঘি কিম্বা তেলে হইতে পারে, সুতরাং ইচ্ছা করিলে সকল গৃহস্থ ইহা গৃহে প্রস্তুত করিতে পারিবেন।

নিমৃকি প্রস্তুত প্রণালী।

এক সের ময়দায় এক পোয়া ঘৃতের ময়ান দিয়া ঠাসিতে থাকিবে, এবং তাহাতে কৃষ্ণজীরা লবণ ও তিল তাহাতে মিশাইবেন। তাহার পর গুটি কাটিয়া বেলিবে, এবং কড়া করিয়া ঘিতে ভাজিয়া তুলিবে। তাহা হইলেই নিমকি প্রস্তুত হইবে।

পাটনাই নিমৃকি।

ময়দা এক সের সুজি এক পোয়া বেসম এক পোয়া, এবং কৃষ্ণজীরা তিল লবণ একত্র মিশাইয়া ঠাসিতে হইবে। তাহার পর একখানি বারকোসে ফেলিয়া ছুরির দ্বারায় বরফির আকারে কাটিয়া ঘিতে ভাজিবে, এই নিমৃকি সাতিশয় মুখ প্রিয় হইয়া থাকে।

গজা প্রস্তুত প্রণালী।

ভাল গজা করিতে হইলে এক সের ময়দায় এক পোয়া ঘিয়ের ময়ান দিতে হয়, এবং কাট্‌কাট করিয়া সেই ময়দা মাখিয়া তাহাতে কৃষ্ণতিল ও জিরা মিশাইবে। পরে গোল গোল করিয়া হাতে পাকাইবে তাহার পর সে গুলি কড়া করিয়া ঘিতে ভাজিবে, ও চিনির পাকা রস প্রস্তুত করিয়া সেই গুলি তাহাতে ঢালিয়া দিবে এবং খানিকক্ষণ ঢালিয়া রাখিবে যখন দেখিবে গজা গুলিতে রস প্রবেশ করিয়াছে, সেই সময় রস ঝরাইয়া তুলিয়া ফেলিবে, তাহা হইলে উত্তম গজা প্রস্তুত হইবে।

বালুসাই প্রস্তুত প্রণালী।

বালুসাইতে এক সের ময়দায় এক পোয়া ময়ান দিতে হয়। ময়ান দেওয়া ময়দা মাখিবার সময় তাহাতে ১০।১২টী ছোট এলাচের গুঁড়া ও সামান্য কর্পূর মিশাইয়া দিবে। ময়দা উত্তমরূপ ঠাসা হইলে, গোল গোল লেচী কাটীবে, এবং আঙ্গুল দিয়া মধ্যস্থলে একটু চেপ্‌টা করিয়া দিবে, তাহার পর গজার ন্যায় ঘিতে ভাজিয়া

চিনির রসে ফেলিলে বালুসাই প্রস্তুত হইয়া থাকে, গজা অপেক্ষা বালুসাইয়ের আস্বাদন আরো উত্তম হইয়া থাকে।

বঁদে প্রস্তুত প্রণালী।

বড় বঁদে প্রস্তুত করিতে হইলে এক সের সুজির সঙ্গে এক সের সবেদা মিশাইয়া জলে গুলিবে। তাহার পর কড়ায় ঘি চড়াইয়া বড় ছেঁদা বিশিষ্ট ঝাঁঝরিতে সেই গোলা দিয়া বঁদে ছাড়িতে থাকিবে। যখন দেখিবে কড়াতে বঁদে লাল হইয়া উঠিয়াছে, সেই সময় ঝাঁঝরি দিয়া তুলিয়া চিনির রসে ফেলিবে ও বেশ করিয়া নাড়িয়া তাহাকে রস প্রবেশ করাইবে। তাহা হইলেই বড় বঁদে প্রস্তুত হইবে।

মিঠাই প্রস্তুত প্রণালী।

বঁদে প্রস্তুত করিতে পারিলে, মিঠাই তৈয়ারি করা বড় কঠিন হইবে না। বঁদে গোলাকার করিয়া লাড়ু পাকাইলেই মিঠাই প্রস্তুত করা হইল। তবে বঁদের রস অপেক্ষা মিঠাইয়ের রস আরো একটু গাঢ় হওয়া আবশ্যক। ফলত

বঁদে ও মিঠাই প্রায় এক প্রকার জিনিষ। একটু জল হাত দিয়া মিঠাই বাঁধিতে হয়।

মিহি দানা প্রস্তুত প্রণালী।

মিহি দানা প্রস্তুত করিতে হইলে দশ আনা বেসমের সঙ্গে ছয় আনা সবেদা মিশাইয়া জলে গুলিবে, এবং খুব সরু ছিদ্র বিশিষ্ট ঝাঁজরিতে বদে ভাজিয়া কাশির চিনির পাকা রসে ফেলিবে, তাহার পর সে গুলি বারকোসে তুলিয়া রাখিবে, পরে সামান্য পরিমাণ ঘৃত জল মিশাইয়া একটী সালপাতার চোঙ্গা করিয়া গোল গোল মেঠাই বাঁধিবে এবং ছোট এলাচের দানা, গোলমরিচ ও বাদম পেস্তা কিস্‌মিস্ তাহাতে দিবে। তাহা হইলেই মিহিদানা প্রস্তুত হইবে। সকল প্রকার মিঠাইয়ের অপেক্ষা ইহার আস্বাদন উত্তম হইয়া থাকে।

জিলাপী প্রস্তুত প্রণালী।

সবেদা এক সের ও সূজির খামি এক পোয়া একত্র জল দিয়া গুলিবে। তাহার পর হাতে করিয়া ঐ গোলা উত্তমরূপে ফেণাইবে, পরে

কড়াতে তিন পোয়া ঘি চড়াইবে। যখন দেখিবে ঘি হইতে ধোয়া উঠিতেছে, সেই সময় একটী ফেদা নারিকেল মালায় ঐ গোলা পুরিয়া ঘিয়ের উপর জড়াইয়া জড়াইয়া ফেলিবে, একেবারে ১০।১২ খানি কড়ায় ফেলিবে, এবং এ পিট ও পিট করিয়া ভাজিবে, যখন দেখিবে জিলাপির রং লাল হইয়াছে, সেই সময় তুলিয়া রসে ফেলিয়া ঝাজরি দিয়া চোপরাইয়া ধরিবে, তাহা হইলে জিলাপী প্রস্তুত হইবে।

অমৃতি জিলাপী।

আধ সের সবেদা ও এক সের সুজি একত্র করিয়া ৮।১০ দিন ভিজাইয়া রাখিবে, আধ ছটাক চূণের জল দিলে ২।৩ দিনে খামি প্রস্তুত হইয়া থাকে। তাহার পর নূতন মার্কিন কি অন্য কোন পুরু কাপড়ের মধ্যে ঐ খামি পুরিয়া খুব ছোট ছিদ্র করিবে, এবং অমৃতি আকারে জড়াইয়া জড়াইয়া ঘিতে ভাজিবে। তাহা হইলে সে গুলি রসে ফেলিয়া ঝাজরি দিয়া চাপিয়া ধরিবে। উত্তম রূপে তাহার মধ্যে রস প্রবিষ্ট হইলে তুলিয়া রাখিবে। তাহা হইলেই

অমৃতি প্রস্তুত হইবে বাহারের জন্য অমৃতির লাল রং করিতে ইচ্ছা হইলে গোটা চেরেক লটকানের বিচি জলে ভিজাইয়া, সেই জলটা খামির সহিত মিশাইয়া দিবে।

ছানাবড়া প্রস্তুত প্রণালী।

সকল প্রকার মিঠাইয়ের মধ্যে ছানাবড়া অতি সুখাদ্য হইয়া থাকে. দশ আনা সবেদার সঙ্গে ছয় আনা মিশাইয়া বেশ করিয়া বাটিয়া ফেলিবে, পরে হাতে গোল গোল করিয়া ঘিতে ভাজিয়া চিনির রসে ফেলিয়া দিবে তাহা হইলে ছানাবড়া প্রস্তুত হইবে।

ছানার মালপোয়া প্রস্তুত প্রণালী।

অর্দ্ধ সের সবেদা একপোয়া চিনির রস, এক পোয়া ছানা এক সের জলে গুলিবে. এবং আস্তো মরিচ ছোট এলাচের গুড়া জীরেও কাবাব চিনি তাহার সঙ্গে মিশ্রিত করিবে। অনন্তর তাহা ঘৃতে ভাজিয়া ১০।১২ মিনিট চিনির রসে ভিজাইয়া রাখিবে তাহা হইলেই ছানার মালপো প্রস্তুত হইবে।

গোলাপ জাম প্রস্তুত প্রণালী।

আধসের ছানা ও আধ সের সবেদা এক সঙ্গে মিলাইবে, বেশ করিয়া মিশ্রিত হইলে ছোট ছোট গুটী কাটিয়া গোল করিবে। তাহার পর সে গুলি চিনির রসে ফেলিয়া পাক করিবে। আস্তে আস্তে সে গুলিকে রস হইতে উঠাইয়া উত্তমরূপে দোবরা চিনি মাখাইবে, তাহা হইলেই গোলাপজাম প্রস্তুত হইবে, ইহার আস্বাদন অতি উত্তম হইয়া থাকে।

পানতুয়া প্রস্তুত প্রণালী।

মিষ্ঠান্নের মধ্যে পানতুয়া অতি উপাদেয় হইয়া থাকে। প্রায় সকলেই ইহার আস্বাদন অবগত আছেন, কিন্তু ইহার প্রস্তুত প্রণালী অনেকে জানেন না। কি উপায়ে পানতুয়া প্রস্তুত হয়, তাহা এক্ষণে লিখিত হইতেছে।

প্রথমে এক সের চিনি রস করিয়া জ্বালে চড়াইবে, পরে জল মিশ্রিত দুগ্ধ দিয়া গাদ কাটাইবে, যখন দেখিবে, রস বিজ বিজ করিয়া ফুটিতেছে, সেই সময় রস নামাইয়া রাখিবে। তাহার পর ছানা উত্তমরূপে বাটিয়া সের করা

এক ছটাক সবেদা মিশাইবে, এবং একটী করিয়া বড় এলাচের দানা দিয়া পানতুয়া আকারে ঈষৎ লম্বা ভাবে পাকাইবে। পরে আধ সের ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া ফেণা মরিয়া গেলে সে গুলি তাহাতে ভাজিয়া ফেলিবে। যখন দেখিবে ঈষৎ লাল আভা হইয়াছে, সেই সময় নামাইয়া রসে ফেলিবে, তাহা হইলেই পানতুয়া প্রস্তুত হইবে।

কাশ্মীর ছানার মালপোয়া।

আধ সের সবেদা এক পোয়া চিনির রস এক পোয়া ছানা এক সের জলে গুলিয়া তাহাতে কাবাব চিনি বড় এলাচের দানা ও গোলমরিচ দিয়া উত্তমরূপে ফেণাইবে। তাহার পর ঘিয়ে ভাজিয়া ১০ মিনিট চিনির রসে ভিজাইয়া রাখিবে, তাহা হইলে ছানার মালপোয়া প্রস্তুত হইবে, ইহা অতীব সুখাদ্য হইয়া থাকে, ইচ্ছা করিলে সকলেই গৃহে প্রস্তুত করিয়া রসনার তৃপ্ত সাধন করিতে পারেন।

রসমাধুরী প্রস্তুত প্রণালী।

আধ সের হিসাবে ছানা ও সবেদা একত্র

মিশাইবে, তাহার পর ছোট ছোট গুলি কাটিয়া চিনির রসে পাক করিতে হইবে। পাক হইলে রস হইতে, তুলিয়া দোবরা চিনি মাখাইবে। যখন দেখিবে রস ঠাণ্ডা হইয়া গিয়াছে, তখন রসমাধরীর গায়ে মিছরির বুকনি ধরাইবে, এবং অন্য পাত্রে তুলিয়া রাখিবে, এইরূপ প্রণালীতে রসমধারী প্রস্তুত হইয়া থাকে।

মিখুতি প্রস্তুত প্রণালী।

এক সের সবেদা আধ সের ময়দা ও এক পোয়া সুজির খামি একসের গরম জলে গুলিবে, পরে কড়াতে ঘি চড়াইয়া বঁদের ন্যায় ঝাঁঝরি দিয়া নিখুতির দানা ছাড়িবে। ভাজা হইলে সে গুলি তুলিয়া চিনির রসে ফেলিবে। যখন দেখিবে তাহার মধ্যে উত্তমরূপে রস প্রবেশ করিয়াছে, সেই সময় সে গুলি তুলিয়া একটী বারকোসে রাখিবে, এবং বেশ করিয়া চট্কাইবে, তাহায় অল্প ঘৃত দিয়া মেঠাইয়ের মতন গোল গোল করিয়া বাধিবে, তাহা হইলেই নিখুতি প্রস্তুত হইবে।

খাজা প্রস্তুত প্রণালী।

খাজা অতি সুখাদ্য জিনিষ, তবে ইহা প্রস্তুত করা সহজ নহে; উত্তম কারিকর ভিন্ন খাজা প্রস্তুত করিতে পারে না। যে উপায়ে খাজা প্রস্তুত হইয়া থাকে, তাহা নিম্নে লিখিত হইতেছে।

খাজা প্রস্তুত করিতে হইলে খাসার অবশ্যক। অভাবে একের নম্বরের উত্তম ময়দা খুব. পাতলা কাপড়ে ছাকিয়া লইলে চলিতে পারে।

প্রথমে এক সের ময়দা আধ পোয়া ঘিয়ের ময়ান দিয়া পরিমাণ মত জলে উত্তম করিয়া মাখিবে, তাহার পর কাটের পাটার উপর সেই ঠাসা ময়দা ফেলিয়া খুব পাতলা করিয়া বেলিবে ও তাহার উপর ঘি দিয়া দুভাজ করিয়া এক ধার হইতে গুড়াইয়া ফেলিবে, পরে পুনর্ব্বার সেই রকম করিয়া বেলিয়া ঘি দিয়া গুড়াইয়া ফেলিবে, এইরূপ পুন পুন করিবে, যতবার এই রকম বেলিয়া ঘি দিয়া গুটাইবে, ভাজ তত ভাল হইবে। তাহার পর ইচ্ছা মতন ছোট কিম্বা বড় লেচি কাটিয়া লুচির ন্যায় বেলিয়া

ঘিতে ভাজিবে। উত্তমরূপে ভাজা হইলে তার গুলি সব খুলিয়া যাইবে, সেই সময় খাজা গুলি তুলিয়া একটী চুপড়িতে রাখিয়া দিবে. তাহা হইলে ভিতরকার ঘি গুলি ঝরিয়া যাইবে, যখন দেখিবে ভিতরকার সমস্ত ঘি ঝরিয়া গিয়াছে, সেই সময় মোটা চিনির রস ঝাঝরি দিয়া খাজার উপর দিবে, এই রস না দিয়া শুকনো খাজা অনেক দিন অবধি রাখা যায়। যখন আবশ্যক হইবে, সেই সময় খাজাতে পূর্ব্বোক্ত রকমে রস দিয়া লোকের পাতে পরিবেশন করিবে। বর্দ্ধমান জেলার বাদসাইগ্রামে উত্তম খাজা তৈয়ারি হইয়া থাকে। উত্তম কারিকরের হাত ভিন্ন খাজা তৈয়ার হয় না।

মুগের বরফি।

মুগের বরফি তৈয়ার করিতে হইলে নিম্নে লিখিত জিনিষ গুলি সংগ্রহ করিতে হয়।

বাটা মুগ	৴২ সের
চিনি	৴২ সের
ঘৃত	৴১৷০ পাঁচ পোয়া
মৌরির গুঁড়া	আধ তোলা

মরিচের গুড়া	দুই তোলা
ধনের গুড়া	এক ভরি
জাফরাণ	সিকি তোলা
কিস্‌মিস	দুই তোলা
পেস্তা	এক ভরি
বাদাম	আধ ছটাক

এই সকল দ্রব্য গুলি প্রথমে খুব পরিস্কার করিয়া লইবে। তাহার পর একটী পাত্রে ঐ ঘি ঢালিয়া হাত দিয়া উত্তমরূপে ফেণাইবে, যখন দেখিবে, ঘি টুকুন বেশ সাদা হইয়াছে, সেই সময় মুগ বাটা মরিচের গুড়া ধনে বাদাম কিস্‌মিস প্রভৃতি তাহাতে মিশাইবে, এবং একটী কড়ায় করিয়া মৃদু জ্বালে চড়াইবে, এবং তাড়ু দিয়া অনবরত নাড়িতে থাকিবে, যখন সে গুলির বর্ণ লাল হইবে, এবং চিনির পাকা রস প্রস্তুত করিয়া তাহাতে ঢালিয়া তাড়ুর দ্বারায় নাড়িতে থাকিবে। তাহার পর এক খানি পরিস্কৃত থালায় ঢালিয়া দিবে, এবং ঠাণ্ডা হইলে ছুরি দ্বারায় চৌকা ২ করিয়া বরফির আকারে কাটিবে।

এই মুগের বরফি অতি সুস্বাদু ও পবিত্র ইহা অনায়াসে সকল দেবতাকে নিবেদন করা যাইতে

পারে। পাঠক পাঠিকারা ইচ্ছা করিলে অনায়াসে ইহা গৃহে প্রস্তুত করিয়া আহার করিতে পারেন।

তিল পটেশ্বরি।

এই তিল পটেশ্বরি নিতান্ত মুখ প্রিয় হইয়া থাকে। অনেকে ইহা যত্নের সহিত প্রস্তুত করিয়া কুটুম্ব বাড়ি পাঠাইয়া থাকেন। যে প্রকার প্রণালীতে এই অতীব উপাদেয় মিষ্টান্ন প্রস্তুত হইয়া থাকে, তাহা নিম্নে লিখিত হইতেছে।

খোসা ছাড়ানো মাজা তিল	এক তোলা
সবেদা	আধ সের
ঘৃত	দেড় সের
ময়দা	আধ সের
লবণ	এক তোলা
মৌরী বাটা	আধ তোলা
আদার রস	এক ছটাক
মরিচের গুড়া	সিকি তোলা

প্রথমে আধ সের খুব ভাল ময়দা ও আধ সের সবেদা ভিন্ন ২ পাত্রে রাখিবে। তাহার পর আধ পোয়া ঘৃত লইয়া এক ছটাক হিসাবে ময়দা ও সবেদা ময়ান দিয়া এক সঙ্গে মিশাইয়া

ফেলিবে। তাহার পর উহাতে এমনি পরিমাণে জল দিবে যেন খুব পাতলা কি ঘন না হয়। পরে প্রায় আধ ঘণ্টা ধরিয়া উহা উত্তমরূপে ফেনাইতে থাকিবে। তাহার পর ঐ গোলার খোসা ছাড়ানো মাজা তিল আদার রস মৌরী লবণ ও মরিচের গুড়া ফেলিয়া পুনরায় ফেণাইতে থাকিবে। তাহার পর একখানি কড়ায় ঘি চড়াইবে। গাওয়া ঘি হইলে আস্বাদন অতি উত্তম হইয়া থাকে। যখন দেখিবে ঘিয়ের গ্যাজলা মরিয়া গিয়াছে সেই সময় সেই গোলা হাতে লইয়া একটী টাকা প্রমাণ ঘিতে ছাড়িবে, এবং ভাসানো ঘিয়ে উত্তমরূপে ভাজিবে। যেন ভিতরে কাঁচা না থাকে। ভাজা হইলে একটী অন্য পাত্রে সে গুলি তুলিয়া রাখিবে। তাহা হইতেই উত্তম তিল পটেশ্বরি প্রস্তুত হইবে। আমাদের দেশ অপেক্ষা বঙ্গ দেশে ইহার বহুল প্রচলন দৃষ্ট হইয়া থাকে।

গোলাপি চন্দ্র পুলী।

এই উপাদেয় মিষ্টান্নটি অনেক দিন হইতে আমাদের দেশে প্রচলিত আছে। আমাদের গৃহ

লক্ষ্মীরা ইহা অতীব যত্নের সহিত প্রস্তুত করিয়া আত্মীয় বা কুটুম্বের বাড়ি পাঠাইয়া থাকেন। ইহা বাজারে কিনিতে পাওয়া যায় না, যদি পাওয়া যায়, তাহা তেমনি উত্তম হয় না। এই জন্য ইহা গৃহে প্রস্তুত করিতে হয়। এই চন্দ্রপুলী প্রস্তুত করিবার নিয়ম ও উপকরণাদি নিম্নে লিখিত হইতেছে।

নারিকেল বাটা	/১ সের
ভাল চিনি	আধ সের
গাওয়া ঘৃত	এক কাচ্চা
ডেলা ক্ষীর	এক ছটাক
ছোট এলাচের দানা	সিকি তোর
গোলাপী আতর	চারি ফোটা
মিছরির বুকনি	দুই ভরি
কিস্‌মিস	দুই ভরি
বাদাম কুচি	এক ভরি
পেস্তার কুচি	এক ভরি
মৌরীর গুড়া	সিকি তোর
কর্পূর	অতি সামান্য

চন্দ্রপুলী প্রস্তুত করিতে হইলে ঝুন্মো নারিকেলের আবশ্যক। খুব নীরস ঝুনো নারিকেলে

তেমন ভাল চন্দ্রপুলী হয় না। প্রথমে নারিকেল কুরিতে হইবে, কিন্তু দশ আনা ভাগ কুরিয়া ছাড়িয়া দিবে, কারণ তাহা না হইলে চন্দ্রপুলী তেমনি শুভ্র হইবে না। নারিকেল কুরিবার সময় খিচ্ থাকিলে, আহারে তেমন উপাদেয় হয় না।

নারিকেল কোরা হইলে একখানি পরিস্কার ন্যাকড়ায় পুরিয়া দুদ গালিয়া ফেলিবে. কিন্তু একেবারে যেন নীরস না হয়, আন্দাজ বারো আনা দুদ গালিয়া ফেলিবে, চার আনা দুদ থাকিবে। তাহার পর খুব পরিস্কার শীলে বাটিতে থাকিবে। শীল খুব পরিস্কার না হইলে, চন্দ্রপুলী তেমন সুদৃশ্য হয় না। যদি বাটনা বাটা শীল হয়, তাহা হইলে উহা গরম জলে উত্তমরূপে ধুইয়া ফেলিবে এবং ছোবড়া ঘসিয়া নুতন শীলের ন্যায় পরিস্কার করিয়া ফেলিবে।

নারিকেল বাটা হইলে পরিস্কার পিতলের কড়ায় এক তার বন্ধ চিনির রস প্রস্তুত করিবে। যে সময় রস ফুটিতে থাকিবে সেই সময় নারিকেল বাটা তাহাতে দিয়া তাড়ু দ্বারায় অনবরত নাড়িতে থাকিবে। এবং উনুনের আাচ মৃদু

করিয়া দিবে। এই প্রকার নাড়িতে২ যখন কড়ার ভিতর হইতে একপ্রকার সদগন্ধ বহির্গত হইতেছে, এবং তাড়ুর আগায় কামড়াইয়া ধরিতেছে, সেই সময় উনান হইতে নাচাইয়া একবার বেশ করিয়া নাড়িয়া রাখিয়া দিবে, ও অন্য একটী পাত্রে ঢাকা দিয়া রাখিবে। অনন্তর কি উপায়ে এই চন্দ্রপুলীর পুর প্রস্তুত করিতে হয়, তাহা শ্রবণ করুন।

একখানি ছোট কড়ায় এক কাচ্চো আন্দাজ গাওয়া ঘি আচে চড়াইবে। ঘিয়ের গ্যাজলা মরিয়া গেলে উহাতে ছোট এলাচের দানা বাদাম পেস্তা কিস্‌মিস ও মৌরীর গুড়া দিয়া একবার বেশ করিয়া নাড়িয়া নামাইয়া রাখিবে। তাহার পর ডেল ক্ষিরে গোলাপী আতর ও মিছরির বুকনি ও কর্পুর দিয়া পূর্ব্ব প্রস্তুত ছোট এলাচের দানা ইত্যাদির সঙ্গে মিশাইয়া অন্য একটী পাত্রে তুলিয়া রাখিবে।

এক্ষণে পূর্ব্বে প্রস্তুত করা নারিকেল হইতে ইচ্ছা মত কিঞ্চিৎ প্রমাণ হাতে লইয়া ডেলা পাকাইবে, এবং তাহার মধ্যে ঐ পূর দিবে। তাহার পর একখানি কচি কলার পাতে ঘি দিয়া

তাহার মধ্যে ঐ পুর দোওয়া নারিকেল দিয়া, তিন অঙ্গুলি দ্বারায় অর্দ্ধ চন্দ্রাকারেচন্দ্রপুলী গড়িয়া একখানি থালায় রাখিয়া দিবে। এবং বাহারের জন্য গোলাপ ফুলের পাব্ড়ি বড় এলাচের দানা, বাদাম পেস্তার কুচি উপরে বসাইবে। চন্দ্রপুলী ঠাণ্ডা হইলে বেশ শক্ত হইয়া থাকে। তখন আর ভাঙ্গিবার কোন সম্ভাবনা থাকে না এই চন্দ্রপুলী টাটকা খাইতে অতশয় উপাদেয় হইয়া থাকে, তিন চার দিন পরে ঈষৎ গন্ধ হয়, সেই জন্য ইহা অধিক দিনের বাসি করা কর্ত্তব্য নহে।

মাড়োয়ারি হালুয়া।

এই হালুয়া প্রস্তুত করিতে হইলে নিম্ন লিখিত উপকরণ গুলি সংগ্রহ করিতে হয়।

ভাল ময়দা	আধ সের
সুজি	এক পোয়া
ঘৃত	এক সের
চিনি	২ সের
দুগ্ধ	⁄॥০ সের
পেস্তা	আধ পোয়া

বাদাম	আধ পো।
কিস্‌মিস	আধ পোয়া
কর্পূর	কিঞ্চিৎ।

একখানি কড়ায় দেড় সের জল দিয়া জ্বালে চড়াইবে, জল গরম হইলে তাহাতে চিনি ঢালিয়া দিবে ও দুধ দিয়া গাদ কাটাইয়া রস প্রস্তুত করিবে।

তাহার পর একখানি সুপরিষ্কৃত পিতলের কড়ায় ঘি ঢালিয়া নাড়িতে থাকিবে, এবং বাদাম পেস্তা বাদাম গুলি তাহাতে দিয়া ভাজিয়া ফেলিবে; তাহার পর ময়দা ও সুজি গুলি তাহাতে ঢালিয়া দিবে, এবং খুন্তির দ্বারায় অনবরত নাড়িতে থাকিবে। যখন দেখিবে, সে গুলি বেশ ভাজা ভাজা হইয়াছে. সেই সময় পূর্ব্বে প্রস্তুত রস তাহাতে ঢালিয়া দিবে, এবং নাড়িতে থাকিবে। যে সময় দেখিবে জল মরিয়া গিয়া মোহনভোগের ন্যায় হইয়াছে, সেই সময় নামাইয়া রাখিবে, তাহা হইলেই গাড়োয়ারি হালুয়া প্রস্তুত হইবে।

খৈয়ের চাপা।

খইচুর অপেক্ষা চাপা অতি উপাদেয় হইয়া থাকে, নদীয়া জেলায় ইহার খুব প্রচলন আছে, ইহা প্রস্তুত করিতে হইলে যে সকল উপকরণ সংগ্রহ করিতে হয়, তাহা নিম্নে লিখিত হইতেছে।

খৈ	পাঁচ ছটাক
গাওয়া ঘি	/১ সের
দোবরা চিনি	/১॥০ সের
বাদামের কুচি	এক ছটাক
পেস্তা	এক ছটাক
কিসমিস	এক ছটাক
কর্পূর	সিকি তোর
জৈত্রি	সিকি তোর
দারচিনি	সিকি তোর
শুটের গুড়ো	এক কাচ্চা
খোসা ছাড়ানো মরিচ	আধ ছটাক
বড় এলাচ	আটটা
ছোট এলাচ	চব্বিশটা

প্রথমে খৈ গুলি বেশ উত্তম করিয়া বাছিয়া লইবে, যেন একটী ও ধান তাহাতে না থাকে,

মকার দে থানের কি চ্যাপের খৈয়ে চাপা হয় না, খৈ গুলি বেশ ফুলো ফুলো ও ফুটোস্ত রকমের হওয়া আবশ্যক চাপা করিতে হইলে খৈ গুলি বেশ টাটকা হয়, বাসি কি নিয়ানো খৈয়ে উত্তম রূপ চিনির রস মিশ খায়না।

এলাচ গুলি খোসা ছাড়াইয়া পরিষ্কার জলে উত্তমরূপে ধুইয়া ফেলিবে, ও মরিচ গুলির খোসা ছাড়াইয়া কাগজে মুড়িয়া রাখিবে। তাহার পর শুট গুলি গুড়াইয়া একখানি পরিষ্কার নেকড়ায় খুব মিহি করিয়া ছাকিয়া ফেলিবে, জয়িত্রী ও দারুচিনি খুব কুচি কুচি করিয়া রাখিবে, কর্পূরের ভাগ খুব কম হওয়া আবশ্যক, কারণ অধিক হইলে তেতো হইয়া যাইবে, বাদাম কিসমিস পেস্তা গুলি পরিষ্কার জলে ধুইয়া রাখিয়া দিবে।

তাহার পর চিনির রস তৈয়ারি করিয়া, তাহার সিকি ভাগ অন্য একটা পাত্রে রাখিয়া দিবে বাকী রস টুকুন জালে রাখিবে, যখন দেখিবে দুই তার বন্ধ হইয়াছে, সেই সময় নামাইয়া খৈ গুলি তাহাতে ঢালিবে, এবং খুন্তির দ্বারা আস্তে আস্তে নাড়িতে থাকিবে।

যখন দেখিবে খৈ গুলিতে বেশ রস প্রবেশ করিয়াছে সেই সময় অন্য পাত্রস্থিত বাটী রস টুকুন তাহাতে ঢালিয়া খুন্তি দ্বারা ধীরে২ নাড়িয়া দিবে, ১০।১৫ মিনিট পর্য্যন্ত ঢাকিয়া রাখিবে।

তাহার পর ঢাকা খুলিয়া দেখিবে খৈ গুলি গলিয়া গিয়া সন্দেশের ঠাশার মতন হইয়াছে, সেই সময় পূর্ব্বে প্রস্তুত করা মসলা গুলি বাদাম কিসমিশ গুলি তাহাতে দিয়া খুন্তি কি তাড়ুর দ্বারায় নাড়িয়া দিবে, ও ঘি টুকুন গরম করিয়া তাহাতে ঢালিয়া দিবে, এবং খুন্তি দ্বারায় নাড়িবে, বেস উত্তমরূপে মিশ্রিত হইয়া যায়। পরে একখানি পরিস্কৃত থালায় ঘি মাখাইয়া তাহাতে ঢালিয়া বেলুন দ্বারা সমান করিয়া করিবে. অল্পক্ষণ পরে বরফির ন্যায় মণ্ডা হইয়া যাইবে, থালায় ঘি মাখবার জন্য তাহাতে কাম-ড়াইয়া ধরিবে না, যখন দেখিবে বেশ ঠাণ্ডা হইয়া গিয়াছে, সেই সময় ছুরি দ্বারায় বরফির ন্যায় চৌকা করিয়া কাটিবে এই প্রণালীতে খৈয়ের চাপা প্রস্তুত হইয়া থাকে।

কমলা নেবুর বরফি।

এই বরফি নিতান্ত মুখপ্রিয় কিন্তু কিঞ্চিৎ ব্যয় সাধ্য যাহাদের উপর কমলার কৃপা দৃষ্টি আছে, তাহারা ইচ্ছা করিলে এই মিষ্টান্ন গৃহে প্রস্তুত করিয়া রসনার তৃপ্তি সাধন করিতে পারেন। যে রূপ প্রণালীতে ও যে সকল উপকরণ সংগ্রহ করিয়া ইহা প্রস্তুত করিতে হয়, তাহা নিম্নে লিখিত হইতেছে।

বীচি ও ছালকে পরি শুন্য কমলা নেবুর

কোয়া	/৫ সের
একতার বন্ধ চিনির রস	/৫ সের
খাঁটী দুধ	/৫ সের
গোলাপী আতর	দুই রতি
ছোট এলাচের গুড়া	এক তোলা
কিসমিস	দুই তোলা
পেস্তার কুচি	দুই তোলা
বাদামের কুচি	এক তোলা

প্রথমে একখানি পরিস্কার পিত্তলের কড়ায় দুধ টুকুন চড়াইয়া মৃদু জ্বাল দিতে থাকিবে খুন্তি দ্বারায় অনবরত নাড়িবে, যখন দেখিবে সেই পাঁচ সের দুধ মরিয়া দুই সের হইয়াছে,

সেই সময় কমলা লেবুর কোয়া গুলি তাহাতে ফেলিয়া দিবে। পাছে কমলা লেবুর রসে দুধ নষ্ট হইয়া যায় এই ভয়ে অনেকে চিনির রসে পাক করিয়া লন, কিন্তু তাহাতে তেমন মধুর আস্বাদন হয় না। সুপক্ক কমলালেবু হইলে কখনই দুধ নষ্ট হইবে না।

অনন্তর ঐ দুধ ও কমলা লেবুর কোয়া মৃদু-আঁচে সিদ্ধ করিতে থাকিবে, যখন দেখিবে উভয়ে মিশিয়া ক্ষীরের মতন হইয়াছে, উহাতে অনায়াসে বরফি তৈয়ারী হইবে, তখন নামা-ইয়া রাখিবে। তবে পাকের সময় খুন্তী দ্বারায় অনবরত নাড়ীতে থাকিবে, তাহা না হইলে ধরিয়া যাইবার সম্ভাবনা।

তাহারপর অন্য আর একটা পাত্রে এক-তারবন্ধ চিনির রস প্রস্তুত করিয়া, তাহাতে দুধে সিদ্ধ করা কমলালেবুর কোয়া গুলি ফেলিয়া দিয়া খুন্তি দ্বারায় উত্তমরূপে নাড়িতে থাকিবে, ও মসলা বাদাম কিস্‌মিস গুলি এই সময় তাহাতে নিক্ষেপ করিবে, যখন দেখিবে বেশ আটা আটা হইয়াছে, সেই সময় একখানি পরিষ্কার থালায় ঘী মাখাইয়া তাহাতে ঢালিয়া

দিবে, এবং ঠাণ্ডা হইলে ইচ্ছা মত ছুরীর দ্বারায় বরফির ন্যায় কাটিবে। এই প্রণালীতে কমলা লেবুর বরফি প্রস্তুত হইয়া থাকে, গাছ পাকা কমলা লেবু ভিন্ন শুকনো বা জাকানো নেবুতে তেমন উত্তম বরফি প্রস্তুত হয় না। ইহার আস্বাদন নিতান্ত মধুর হইয়া থাকে, কুটুম্ব বাড়ি সওগাত দেবার জন্য ইহা নিতান্ত উপযুক্ত।

ক্ষীরের গুজিয়া।

ক্ষীরের গুজিয়া প্রস্তুত করিতে হইলে নিম্ন লিখিত উপকরণ গুলি সংগ্রহ করিতে হয়।

দোবরা চিনি	/১॥ সের
ডেলা ক্ষীর	/১ সের
মিছরি	তিন ছটাক
বাদাম	এক ছটাক
পেস্তা	১ ছটাক
ছোট এলাচের গুড়া	এক তোলা
কিস্‌মিস	এক ছটাক
জাফরাণ	অল্প পরিমান

প্রথমে একখানি পরিষ্কার পিতলের কড়ায় চিনি ও ক্ষীর একত্র মিশাইয়া খুব মৃদু জ্বালে

চড়াইবে। যখন দেখিবে ক্ষীরে হাত দিলে আর জড়াইয়া ধরে না, তখন বাদাম পেস্তা কিস্‌মিস মিছরি ও ছোট এলাচের গুড়ো তাহাতে দিয়া খুন্তি দ্বারায় উত্তমরূপে নাড়িয়া নামাইবে। ঈষৎ ঠাণ্ডা হইলে তাহাতে ছোট ছোট লেচি কাটিয়া দোভাজ করিবে, এবং ভিতরে মিছরির বুকনি দিবে। তাহা হইলে ক্ষীরের গুজিয়া প্রস্তুত হইবে। গুজিয়া হিন্দুস্থানি দেশের মিষ্টান্ন কিন্তু আজকাল আমাদের দেশে ইহার যথেষ্ট প্রচলন হইয়াছে।

ক্ষীরের বরফি।

প্রথমে একসের চিনির একতারবন্ধ রস প্রস্তুত করিয়া জ্বালে চড়াইয়া রাখিবে। তাহার পর একসের ক্ষীরে এক তোলা ছোট এলাচের গুড়া এবং রতি গোলাপী আতর মিশাইবে। অনন্তর সেই চিনির রসে অর্দ্ধ পোয়া মিছরির গুড়া মিশাইয়া বেশ করিয়া পূর্ব্ব প্রস্তুত ক্ষীরের সহিত মিশাইয়া দিবে। এবং খুন্তির দ্বারায় নাড়িতে থাকিবে। যখন দেখিবে বেশ আটা আটা হইয়াছে, সেই সময় একখানি পরিষ্কার থালায়

চালিয়া দিবে, এবং ঈষৎ গরম থাকিতে ছুরির দ্বারায় বরফির আকারে কাটিবে। সাধারণতঃ এইরূপ প্রণালীতে ক্ষীরের বরফি প্রস্তুত হইয়া থাকে। ইহার আস্বাদন মন্দ হয় না।

গোলাপী চম্‌চম।

উত্তম টাটকা ডেলা ক্ষীর একসের লইয়া, কিঞ্চিৎ চিনির রস তাহাতে মিশাইয়া উত্তমরূপে হাতে চটকাইবে, ও কিঞ্চিৎ গোলাপ জল ইহার সহিত মিশাইয়া দিবে। যখন ক্ষীরটি কাদার মতন নরম হইবে সেই সময় ছোট এলাচের দানা গোঁরী চূর্ণ পেস্তার কুচি ও সামান্য পরিমাণ কর্পূর মিশাইয়া পুলি পিটার আকারে চম্‌চম গুলি গড়িয়া সারি সারি রাখিয়া দিবে।

তাহার পর চিনির রস জ্বালে চড়াইবে, ও উহাতে ক্ষীরের চম্‌চম গুলি একটী একটী করিয়া ছাড়িয়া দিবে, এবং মৃদু আঁচে সিদ্ধ করিবে। যখন সুপক্ক হইবে, তখন চম্‌চম গুলি বেশ শক্ত হইবে। সেই সময় নামাইয়া দোবরা চিনি মাখাইবে, এবং শীতল হইলে তুলিয়া রাখিবে

এই চমচম ছানার চমচম অপেক্ষা মোলাম ও সুস্বাদ হইয়া থাকে।

মুগের ডালের পর্পট।

এই মিষ্টান্ন খাইতে নিতান্ত মুখ প্রিয়, কিন্তু সচরাচর বাজারে পাওয়া যায় না। পাঠক পাঠিকারা ইচ্ছা করিলে গৃহে প্রস্তুত করিয়া আহার করিতে পারেন। ইহা প্রস্তুত করিতে হইলে যে সকল উপকরণ সংগ্রহ তাহা নিম্নে লিখিত হইতেছে।

মুগের ডালের আটা	⁄৷৹ সের
ছোট এলাচের গুড়া	আধ তোলা
লবণ	২ তোলা
ঘৃত	এক পোয়া
আদা বাটা	আড়াই তোলা
গোল মরিচের গুড়া	দুই তোলা
আধ ভাজা জীরা	দুই তোলা
আধ ভাজা মউরীর গুড়া	এক তোলা

প্রথমে মুগের ডালের আটা লইয়া ঘৃত ভিন্ন আর সকল মসলা গুলি মিশাইয়া গরম জল মাখিবে, এবং ময়দা ঠাসার ন্যায় খুব ঠাসিয়া

চীল পাকাইবে। এই লেচী গুলিতে অল্প ঘি মাখাইয়া রুটীর ন্যায় খুব পাতলা বেলিয়া ঘৃতে ভাজিয়া লইবে, তাহা হইলেই মুগের ডালের পর্পট প্রস্তুত হইবে।

মাষ কলাই ডালের পর্পট।

মুগের ডালের পর্পট অপেক্ষা ইহার আস্বাদন সম্পূর্ণ স্বতন্ত্র। ইহা প্রস্তুত করিতে হইলে নিম্ন লিখিত উপকরণ গুলি সংগ্রহ করিতে হয়।

মাষ কলাই ডালের আটা	/১ সের
আধ ভাজা জীরা	দুই তোলা
গোল মরিচ চূর্ণ	দুই তোলা
হিং	দুই রতি
আদা বাটা	আড়াই তোলা
ঘৃত	এক পোয়া
লবণ	দুই তোলা

প্রথমে মাষ কলাইয়ের আটাতে উপরি লিখিত মসলা গুলি মিশাইয়া গরম জলে মাখিতে হইবে। তাহার পর হাতে উত্তমরূপে পিটিয়া ইচ্ছা মত লেচী কাটিয়া কাগজের ন্যায় পাতলা করিয়া বেলিবে। তাহার পর কড়ায় ঘি চড়াইয়া

লুচির ন্যায় ভাজিয়া লইবে। তাহা হইলে মাষ কলাইয়ের ডালের পর্পট প্রস্তুত হইবে।

ক্ষীরের আতা।

প্রথমে খানিক ডেলা ক্ষীর লইয়া তাহাতে উত্তম গাওয়া ঘি মিশাইয়া চাসিতে হইবে। পরে তাহা একটু গরম করিয়া ইচ্ছা মত গুটি কাটিবে। ছাচে অল্প ঘি মাখাইয়া তপ্ত করিয়া লইবে, ও তাহাতে সেই গুটি দিয়া চাপিয়া ধরিবে, তাহা হইলে ক্ষীরের আতা প্রস্তুত হইবে। উপরোক্ত প্রণালীতে ক্ষীর প্রস্তুত করিয়া ভিন্ন ভিন্ন প্রকারের ছাঁচে ভিন্ন ক্ষীরের দ্রব্য প্রস্তুত হইয়া থাকে।

ক্ষীরের আপেল।

প্রথমে সুন্দর রূপে ক্ষীর প্রস্তুত করিয়া তাহাতে সামান্য পরিমাণ নটকানের রং মিশাইয়া বেশ করিয়া চাসিবে। তাহার পর তাহাতে মিছরির কুচি পেস্তা কিস্‌মিস বড় এলাচের দানা ছোট এলাচের গুড়া মৌরী কর্পূর ও দুই তিন ফোটা গোলাপী আতর মিশাইবে, ও ঈষৎ গরম

করিয়া গুটী কাটিবে। তাহার পর আপেলের ছাঁচ আনিয়া তাহাতে গাওয়া ঘি মাখাইয়া এক একটী ক্ষীরের গুটী দিয়া চাপিয়া ধরিবে, তাহা হইলে ক্ষীরের আপেল প্রস্তুত হইবে। এই আপেল কুটুম্ব বাড়ি সওগাত স্বরূপ পাঠাইবার উপযুক্ত এবং উহার আস্বাদন নিতান্ত মধুর হইয়া থাকে।

ক্ষীরের লুচি।

প্রথমে আবশ্যক মত ডেলা ক্ষীর লইয়া উত্তম রূপে বাটিয়া ফেলিবে, তাহা হইলে ক্ষীরটি কাদার মতন নরম হইয়া পড়িবে। এই সময় ছোট এলাচের দানা চূর্ণ পেস্তা ও বাদাম বাটা এবং দুফোটা গোলাপী আতর তাহার সহিত মিশাইবে। উত্তমরূপে মেশানো হইলে সেই ক্ষীরে হাতে চাপিয়া ছোট ছোট লুচি প্রস্তুত করিয়া একটা পাত্রে রাখিয়া দিবে।

তাহার পর খুব ভাল ময়দা ময়ান দিয়া মাখিয়া লুচির ন্যায় বেলিয়া ফেলিবে ও মধ্যে একখানি ক্ষীরের লুচি দিয়া তাহার দুধারে দুখানি ময়দার লুচি দিয়া উত্তমরূপে ধার সকল জুড়িয়া দিবে। তাহার পর খুব ভাসা ঘিতে নরম আঁচে

ভাজিতে থাকিবে। যখন লুচি গুলি বেশ টোপোরের মতন ফুলিয়া উঠিবে, সেই সময় ঝাঝরি দ্বারায় তুলিয়া চিনির রসে ফেলিয়া দিবে। তাহা হইলেই উত্তম ক্ষীরের লুচি প্রস্তুত হইবে। সকল প্রকার মিষ্টান্নের মধ্যে এই ক্ষীরের লুচি নিতান্ত উপাদেয় হইয়া থাকে; টাট্‌কা অপেক্ষা বাসী করিয়া খাইলে ইহার আস্বাদন আরো মধুর হয়।

চন্দ্র মাচ।

চন্দ্র মাচ অতি উৎকৃষ্ট মিষ্টান্ন কুটুম্ব বাড়ি সওগাত দেবার জন্য ইহার প্রচলন আছে। এক্ষণে যে রূপ নিয়মে ইহা প্রস্তুত হইয়া থাকে, তাহা লিখিত হইতেছে।

প্রথমে একসের নারিকেল বাটা ও একসের চিনির রস একত্রে কড়ায় চড়াইবে। যখন ফুটিতে আরম্ভ করিবে, সেই সময় তাড়ু দিয়া অনবরত নাড়িতে থাকিবে। যে সময় দেখিবে চিট ধরিয়াছে সেই সময় নামাইয়া, মাচের ছাচে অল্প ঘি দিয়া তপ্ত করিবে, এবং গুটী কাটিয়া সেই ছাচে গড়িবে, তাহা হইলেই চন্দ্র মাচ প্রস্তুত হইবে।

চন্দ্রানন

চন্দ্রানন অতীব মুখপ্রিয় দ্রব্য। একবার আহার করিলে ইহ জীবনে তাহার মধুর আস্বাদন ভুলিতে পারা যায় না। কুটুম্ব বাড়ি সওগাত পাঠাইবার পক্ষে উপযুক্ত। যেরূপে যে নিয়মে এই উপাদেয় মিষ্টান্ন প্রস্তুত হইয়া থাকে, তাহা নিম্নে লিখিত হইতেছে।

প্রথমে একখানি পরিস্কার পিত্তলের কড়ায় এক পোয়া নারিকেল কোরা এক পোয়া বাটা ছানা এক ছটাক বাটা বাদাম একত্রে জ্বালে চড়াইবে, এবং তাড়ু দ্বারায় অনবরত নাড়িতে আরম্ভ করিবে। যখন দেখিবে অল্প চিট ধরিয়াছে, সেই সময় একসের চিনির রস তাহাতে ঢালিয়া দিবে এবং তাড়ু দ্বারায় নাড়িতে থাকিবে। যেন কড়ার গায়ে ধরিয়া না যায়, কারণ তাহা হইলে এমন সুস্বাদ দ্রব্য নিতান্ত বিস্বাদ হইয়া যাইবে। এইরূপে তাড়ু দ্বারায় নাড়িতে নাড়িতে যখন দেখিবে, তাহার গায়ে কামড়াইয়া ধরিতেছে, তখন বুঝিবে পাক ঠিক হইয়াছে। সেই সময় কড়া খানি নামাইয়া একটা বিড়ার উপর বসাইবে। এবং বাদাম পেস্তা কুচি ও এক কাচ্চা

ছোট এলাচের গুঁড়া তাহাতে মিশ্রিত করিয়া একটা বারকোসে ঢালিয়া ফেলিবে, এবং ঈষৎ গরম থাকিতে থাকিতে কচি কলাপাতায় ঘি হাত দিয়া চন্দ্রানন গড়িবে, এবং উপরে গোলাপ ফুলের পাপড়ী ও বড় এলাচের দানা দিয়া সাজা- ইয়া দিবে। এই চন্দ্রানন যে কিরূপ উপাদেয় হয় তাহা পাঠক পাঠিকারা পরীক্ষা করিয়া দেখিতে পারেন।

খৈ চুর প্রস্তুত প্রণালী।

খৈ চুর অতি সুখাদ্য দ্রব্য উত্তমরূপে প্রস্তুত হইলে মেঠাই অপেক্ষা ইহার আস্বাদন মধুর হইয়া থাকে। ধনেখালি খৈ চুরের জন্য প্রসিদ্ধ। যে নিয়মে খৈ চুর প্রস্তুত হয়, তাহা এক্ষণে লিখিত হইতেছে।

একসের খৈ উত্তমরূপে ধান বাছিয়া একসের চিনির রসের সহিত জ্বালে চড়াইবে, এবং তাড়ুর দ্বারায় অনবরত নাড়িতে থাকিবে। তাহা হইলে খৈ গুলি গুড়া হইয়া যাইবে। তাহার পর তাহাতে চারি আনা ছোট এলাচের দানা, চারি আনা দারুচিনি চূর্ণ ও এক আনা ভোর কর্পূর

নিক্ষেপ করিবে, এবং তাড়ু দ্বারায় নাড়িতে থাকিবে। যখন দেখিবে ঈষৎ চিট ধরিয়াছে, সেই সময় নামাইয়া ফেলিবে ও এক ছটাক উত্তম গাওয়া ঘি মিশ্রিত করিয়া ঈষৎ গরম থাকিতে থাকিতে নাড়ু পাকাইবে। কারণ ঠাণ্ডা হইয়া গেলে শক্ত হইয়া যাইবে। কাজেই নাড়ু পাকনো ভার হইবে। নাড়ু পাকানো হইলে তাহার উপরে অল্প চিনি মাখাইবে, তাহা হইলেই উত্তম খৈচুর প্রস্তুত হইবে।

সরপুরিয়া প্রস্তুত প্রণালী।

সর পুরিয়া অতীব উপাদেয় দ্রব্য। কৃষ্ণ নগর অঞ্চলে উত্তম সর পুরিয়া প্রস্তুত হইয়া থাকে। কি উপায়ে এই উপাদেয় দ্রব্য প্রস্তুত হইয়া থাকে তাহা নিম্নে লিখিত হইতেছে।

প্রথমে পাঁচ সের খাঁটী দুগ্ধ দুই খান কড়া করিয়া জ্বালে চড়াইবে। দুগ্ধ উথলিয়া উঠিলে ঘন ঘন খুন্তি দ্বারায় নাড়িবে, ও জ্বাল নরম করিয়া দিবে। তাহা হইলে দুগ্ধের উপর বেশ সর পড়িবে। সেই সময় দুই খান কড়ায় দুই খানি সর, একখানি কড়ায় তুলিয়া রাখিবে, এবং

আবার দুগ্ধে জ্বাল দিতে আরম্ভ করিবে, জ্বাল নরম করিয়া দিলে আবার সর পড়িবে, পূর্ব্ব-বারের একখানি সর তুলিয়া অন্য কড়ায় সরের সহিত মিশ্রিত করিয়া রাখিবে। এইরূপে ৪। ৫ বার সর উঠাইয়া তাহার সঙ্গে যোগ করিয়া দিবে। যে কড়ায় সর রহিয়াছে, সেই কড়া হইতে সিকি ভাগ দুগ্ধ যে কড়া হইতে সর উঠিয়াছে তাহাতে ঢালিয়া দিবে। যখন দেখিবে সর খানি বেশ পুরু হইয়াছে, সেই সময় তুলিয়া অন্য পাত্রে রাখিবে এবং ছুরি দ্বারায় চৌকা চৌকা করিয়া কাটিয়া দিবে। অনন্তর আর একখানি কড়া জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে ভাল গাওয়া ঘৃত ছোট এলাচের দানা ও মিছরী দিয়া একটী ছোট ভাড়ুর দ্বারায় নাড়িয়া নামাইয়া রাখিবে। পরে ঐ সরের টুকরায় এই মসলা মাখাইয়া উপর উপর এক একখানি করিয়া সাজাইবে এবং সরযুক্ত দুধ ঢালিয়া দিয়া অতি নরম আঁচে এ পিট ও পিট করিয়া সেকিয়া নামাইবে। তাহা হইলে উত্তম সর পুরিয়া প্রস্তুত হইবে।

রস মাধুরী প্রস্তুত প্রণালী।

অর্দ্ধ সের ছানা উত্তমরূপে বাটিবে। পরে অন্য একটী পাত্রে ক্ষীর ও ছোট এলাচের দানা মাখিয়া ছানার সহিত মিশ্রিত করিবে। পরে একখানি কড়ায় ঘি চড়াইয়া এই রসমাধুরী গুলি ছাড়িবে। উত্তমরূপে ভাজা হইলে ঝাঝরি দিয়া তুলিয়া একতার বন্ধ চিনির রসে ফেলিবে, তাহা হইলে রসমাধুরী প্রস্তুত হইবে। টাট্‌কা অপেক্ষা দুই এক দিনের বাসী করিয়া খাইলে ইহার আস্বাদন সমধিক মধুর হইয়া থাকে।

রসবড়া প্রস্তুত প্রণালী।

প্রথমে অর্দ্ধ সের কলাইকে খুব মিহি করিয়া বাটিতে হইবে এবং এক পোয়া ছানা তাহার সহিত মিশাইয়া উত্তমরূপে ফেনাইবে। এই সময় তাহার সঙ্গে গোটাকয়েক কাবাবচিনি ও বড় এলাচের দানা মিলাইয়া পূর্ব্ববৎ ফেণাইবে এবং ঘি কি তৈল চড়াইয়া ফুলুড়ির মতন ভাজিবে। যখন দেখিবে যে সে গুলির রং ঠিক আরসোলার ন্যায় হইয়াছে, সেই সময় তুলিয়া চিনির রসে

ফেলিবে। তাহা হইলে উত্তম রস বড় প্রস্তুত হইবে। ইহা খাইতে অতি মুখপ্রিয় হইয়া থকে, কিন্তু রসমাধরীর ন্যায় বাসী হইলে আস্বাদন আরো সুমধুর হয়।

রসগোল্লা প্রস্তুত প্রণালী।

এক সের দেশী ছানার উপর কোন ভার চাপাইয়া সম্পূর্ণরূপে জলশূন্য করিয়া লইবে। পর একখানি বারকোসে সেই ছানা লইয়া উত্তমরূপে চট্কাইবে এবং তাহাতে গুটিকয়েক ছোট এলাচের দানা ও ৩। ৪ ফোঁটা গোলাপী আতর মিশাইয়া দিবে। তাহার পর সেই ছানার এক একটী গুটী কাটিয়া পাকাইয়া গোল করিবে।

অনন্তর দুই সের কাশীর চিনির রস খুলিতে চড়াইবে। পরে রস যখন টগ্‌বগ করিয়া ফুটিতে থাকিবে, সেই সময় তাহাতে ঐ পাকানো গুটী গুলি ছাড়িয়া দিবে। পরে তাহা হইতে ঈষৎ লালচে আভা হইলে জ্বাল হইতে নামাইয়া রাখিবে।

দোকানে যে রসগোল্লা প্রস্তুত হয়, তাহাতে

ছানার সহিত এক পোয়া হিসাবে সর্ব্বদা মিশাইয়া থাকে। কিন্তু খাঁটী ছানার রসগোল্লা নিতান্ত সুতার ও উপাদেয় হয়। ইচ্ছা করিলে অনায়াসে গৃহে প্রস্তুত করিয়া রসনার তৃপ্তিসাধন করিতে পারেন।

ক্ষীরমোহন প্রস্তুত প্রণালী।

প্রথমে এক সের ছানা গামছায় বাঁধিয়া টাঙ্গাইয়া রাখিবে যখন দেখিবে সমুদয় জল ঝরিয়া গিয়া বেশ নীরস হইয়াছে, সেই সময় ছানা থারকোসে ফেলিয়া উত্তমরূপে চট্‌কাইবে। যেন ছানার সমস্ত ঢেলা ভাঙ্গিয়া যায়। এই রূপ চট্‌কানো হইলে ছানার এক একটী গুটি পাকাইবে। গুটী পাকানো হইলে, ছোট এলাচের গুড়া, এক ফোঁটা আতর ও অল্প করিয়া খোয়া ক্ষীর তাহার ভিতর পূর দিয়া চেপ্টা করিয়া দিবে। তাহার পর যখন চিনির রস ফুটিতে থাকিবে, সেই সময় ক্ষীরমোহন গুলি তাহাতে ছাড়িয়া দিবে। যখন দেখিবে যে ঈষৎ হরিদ্রা বর্ণের আভা মারিতেছে. সেই সময় আঁচ হইতে নামাইবে এবং একের নম্বরের দোবরা চিনি

রাখিয়া সেই ক্ষীরমোহন গুলিতে উত্তমরূপে মাখাইবে। তাহা হইলেই ক্ষীরমোহন প্রস্তুত হইবে। এই মিষ্টান্নের আস্বাদন নিতান্ত মনোহর হইয়া থাকে।

চমৃচম প্রস্তুত প্রণালী।

প্রথমে একসের ছানা কঞ্চির চুপড়িতে রাখিয়া দিবে, যখন দেখিবে সমস্ত জল ঝরিয়া গিয়াছে, সেই সময় একখানি বারকোসে ছানা ফেলিয়া উত্তমরূপে চকট্‌াইবে। চট্‌কানো শেষ হইলে সেই ছানাতে পুলিপিটের আকারে এক একটী চমৃচম গড়িবে। এবং তাহার মধ্যে এক একটী ছোট এলাচের দানা দিবে। তাহার পর কাশীর চিনির পরিষ্কার রসে সে গুলি সিদ্ধ করিতে দিবে। এরূপ নিয়মে সিদ্ধ করিবে, যেন পাত্রের গায়ে রস না ধরিয়া যায়। তাহা হইলে চমৃচমের তেমন আস্বাদন হইবে না। যখন দেখিবে চমৃচম গুলি লালবর্ণ হইয়াছে, সেই সময় পাক হইতে নামাইবে এবং একখানি লোহার কড়ায় দোবরা. চিনি রাখিয়া তাহাতে ঢালিয়া দিবে ও অনবরত নাড়িতে থাকিবে, যখন দেখিবে

চমৃচম গুলির গায়ে বেশ চিনি লাগিয়াছে ও শীতল হইয়াছে, সেই সময় একখানি পরিষ্কার থালায় সেগুলি তুলিয়া রাখিবে। চমৃচম নিতান্ত মোলায়ম ও মধুর আস্বাদন যুক্ত হইয়া থাকে। ইহা প্রস্তুত করা অতি সহজ, পাঠক পাঠিকারা ইচ্ছা করিলে নিজের গৃহে ইহা প্রস্তুত করিতে পারেন।

ক্ষীরের মনরঞ্জন।

এক সের খোয়া ক্ষীর ও পাঁচ পোয়া দোবরা চিনি একত্রে মিশাইয়া পিতলের কড়া করিয়া পাকে চড়াইবে ও তাড়ু দ্বারায় অনবরত নাড়িতে আরম্ভ করিবে। যখন দেখিবে বেশ মিশিয়া গিয়াছে, সেই সময় ছোট এলাচের গুড়া, খুব মিহি করিয়া বাদাম পেস্তার কুচি ও তিন চারি ফোঁটা গোলাপী আতর তাহাতে মিশাইয়া নামাইবে। একটু শীতল হইলে উত্তমরূপে চাসিয়া মনরঞ্জনের ছাচের ভিতর একটু করিয়া দিয়া চাপিয়া ধরিবে, তাহা হইলে ক্ষীরের মনরঞ্জন প্রস্তুত হইবে।

ক্ষীরের ছাচ।

ক্ষীরের ছাচ করিতে হইলে, প্রথমে আড়াই সের খাঁটী দুগ্ধ জালে চড়াইয়া অনবরত কাটি দিতে আরম্ভ করিবে। ক্রমে যখন দুগ্ধ মরিয়া ঘন হইয়া আসিবে, সেই সময় তাহাতে ছোট এলাচের গুড়া দিয়া নামাইবে। পরে ক্ষীর ঈষৎ শীতল হইয়া আসিলে ছাচে কিঞ্চিৎ ঘি মাখাইয়া গরম করিবে এবং ইচ্ছামত গুটী কাটিয়া ছাচের মধ্যে দিয়া চাপিয়া ধরিবে, তাহা হইলে ক্ষীরে ছাচ প্রস্তুত হইবে।

আমাদের দেশে কুটুম্ব বাড়ী সওগাত পাঠাবার জন্য ক্ষীরের ছাচ ব্যবহার করিয়া থাকে। বাজার হইতে ডেলা ক্ষীর কিনিয়া আনিলে অনেক পরিশ্রম বাচিয়া যায় সত্য, কিন্তু আস্বাদনের তারতম্য হইয়া থাকে; আমাদের গৃহলক্ষ্মীরা এই সকল কাজে যথেষ্ট নৈপুণ্য প্রকাশ করিয়া থাকে।

তাল ক্ষীর।

তাল ক্ষীর অতি উপাদেয় খাদ্য, তবে ভাদ্র আশ্বিন মাস ভিন্ন, অন্য কোন সময় ইহা প্রস্তুত

হয় না। কারণ তাল পাওয়া দুর্ঘট হইয়া থাকে, এক্ষণে যেরূপ নিয়মে এই তাল ক্ষীর প্রস্তুত হয়, তাহা নিম্নে লিখিত হইতেছে।

প্রথমে আবশ্যক মত খাটী দুগ্ধ জ্বালে চড়াইবে, যখন দেখিবে যে দুধের সিকি ভাগ মরিয়া গিয়াছে, সেই সময় দুধের অর্দ্ধ ভাগ তালের মাড়ি তাহাতে ঢালিয়া দিবে এবং অনবরত কাটি দিতে আরম্ভ করিবে. গাচপাকা তাল উত্তম রূপে ছাঁকিয়া এই তাল ক্ষীরে দেওয়া আবশ্যক কারণ তালের সো কি খিরকিচ থাকিলে, আহারের সময় অসুবিধা হইয়া থাকে, এই তাল ক্ষীর কাটের জ্বালে উত্তম পাক হইয়া থাকে, কয়লার জ্বালে চড়াইলে ধরিয়া যাইবার সম্ভব, সেই জন্য কয়লার জ্বালে ইহা কখনই পাক করিবে না।

এই তাল ক্ষীর নাড়িতে নাড়িতে যখন আটা আটা হইবে, তাড়ুর গায়ে জড়াইয়া যাইতেছে দেখিবে, সেই সময় পরিমাণমত ছোট এলাচের গুড়া ও নির্ম্মল কর্পূর তাহাতে দিয়া নামাইয়া ফেলিবে। তাহার পর মৌরী চূর্ণ, শুটের গুড়া, পেস্তা ও কিস্‌মিস মিশ্রিত করিয়া উত্তমরূপে নাড়িয়া দিবে এবং শীতল হইলে তুলিয়া রাখিবে

এই তাল ক্ষীর দুই তিন দিনের অধিক রাখিলে খারাপ হইয়া যায়।

কালাকন্দ বরফি।

কালাকন্দ বরফি অতি উৎকৃষ্ট খাদ্য, সকল প্রকার বরফি হইতে ইহার আস্বাদন মধুর হইয়া থাকে। এই বরফি প্রস্তুত করিতে হইলে যে সকল উপকরণ সংগ্রহ করিতে হয় ও যে নিয়মে পাক করিতে হয়, তাহা নিম্নে লিখিত হইতেছে।

খোয়া ক্ষীর	এক সের
চিনির রস	এক সের
মিছরী	আধ তোলা
গোলাপী আতর	এক রতি
ছোট এলাচের গুড়া	এক তোলা

প্রথমে কাশীর চিনির পরিষ্কার রস প্রস্তুত করিয়া ক্ষীর গুলি ধুলার ন্যায় গুড়াইয়া তাহার সহিত মিশ্রিত করিয়া দিবে ও জ্বালে চড়াইবে। যখন দেখিবে উত্তমরূপে মিশ্রিত হইয়া যাইবে, সেই সময় ছোট এলাচের গুড়া ও আতর তাহাতে দিবে এবং তাড়ুর দ্বারায় অনবরত নাড়িতে থাকিবে। এইরূপে পাক করিতে করিতে

যখন বেশ ঘন হইয়া আসিবে, সেই সময় মিছরী তাহাতে মিশ্রিত করিয়া দিবে এবং পূর্ব্ববৎ তাড়ুর দ্বারায় নাড়িতে থাকিবে যে সময় দেখিবে পাক বেশ ঘন হইয়া আসিয়াছে, সেই সময় জ্বাল হইতে নামাইয়া, একখানি পরিষ্কার থালায় ঢালিয়া দিবে এবং বাদাম, পেস্তা ও কিস্‌মিস তাহার সঙ্গে মিশাইবে, কিঞ্চিৎ ঠাণ্ডা হইয়া আসিলে ছুরির দ্বারায় বরফির আকারে চৌকা চৌকা করিয়া কাটিয়া তাহা হইলে উত্তম কালাকন্দের বরফি প্রস্তুত হইবে।

অনেকে বরফির উপর রূপার তবক বসাইয়া থাকে, ইহা কেবল মাত্র বাহারের জন্য ব্যবহৃত হইয়া থাকে, আস্বাদনের বিন্দুমাত্র হ্রাস বৃদ্ধি হয় না।

গোলাপী রসগোল্লা।

সাধারণ রসগোল্লা অপেক্ষা ইহার আস্বাদন শত গুণ উৎকৃষ্ট হইয়া থাকে, যেরূপ নিয়মে ইহা প্রস্তুত হইয়া থাকে, তাহা নিম্নে বর্ণিত হইতেছে।

এক সের ছানায় রসগোল্লা প্রস্তুত করিতে

হইলে চারি সের চিনির রস আবশ্যক। যখন এক সের ছানায় এক সের চিনির রসের ব্যবস্থা করেন, তাহাদের প্রস্তুত রসগোল্লা তেমন উৎকৃষ্ট হয় না, চারি সের রস যে উদ্বৃত থাকে তাহার দ্বারায় অন্যান্য মিষ্টান্ন প্রস্তুত হইয়া থাকে। রসগোল্লার এক তার বন্ধ রসের আবশ্যক. রস কড়া হইলে রসগোল্লা তেমন উপাদেয় হয় না।

প্রথমতঃ এক সের ছানা কুঞ্চির চুপড়িতে কি গামছায় বাঁধিয়া টাঙ্গাইয়া রাখিবে তাহা হইলে ছানার সমস্ত জল ঝরিয়া নীরস হইবে, তাহার পর সেই ছানা বারকোসে ফেলিয়া চট্‌কাইবে, ময়রারা সের করা এক পোয়া হিসাবে সবেদা মিশাইয়া থাকে, কিন্তু খাঁটী ছানায় অতি উত্তম রসগোল্লা হইয়া থাকে, ছানা উত্তমরূপে চটকানো হইলে ইচ্ছামত ডালা পাকাইবে। ডেলা পাকানো হইলে তাহাতে পুর দিতে হয়, পুর অনেক প্রকারের হয়; অনেকে যাবারী সন্দেশ অল্প পরিমাণে দিয়া থাকে, কারণ সে টুকুন গলিয়া ভিতরে জালী বাধে, ইহা ব্যতীত মৌরীর গুড়া; ছোট এলাচের দানা ক্ষীরের সহিত অল্প পরিমাণ গোলাপী আতর পুর পুরে ব্যবহৃত হইয়া থাকে,

রসগোল্লার পুর দেওয়া হইলে, প্রথমে পূর্ব্বোক্ত চিনির রস জ্বালে চড়াইবে, রস যখন ফুটিতে থাকিবে, সেই সময় রসগোল্লা গুলি রসে ছাড়িয়া দিবে ও মৃদু জ্বালে পাক করিবে এবং মধ্যে মধ্যে জলের ছিটা দেওয়া আবশ্যক, রস-গোল্লা রসে ছাড়িবামাত্র ভাসিয়া উঠে, তার পর সুপক্ক হইলে ডুবিয়া যায়।

রসগোল্লা কাঁচা কি সুপক্ক হইয়াছে, তাহা জানিবার অতি সহজ উপায় আছে, একটী রস-গোল্লা জাল হইতে তুলিয়া শীতল রসে ছাড়িলে যদি ভুবড়াইয়া যায় তাহা হইলে বুঝিবে, এখনও পাক হয় নাই, মধ্যে মধ্যে রসে জল দিলে উহা কড়া হইয়া যায় না; যখন দেখিবে ঠাণ্ডা রসে দিলে আর ভুবড়াইয়া যায় না; একেবারে নীচে দিকে ডুবিয়া যায়, সেই সময় রসগোল্লা জ্বাল হইতে নামাইবে, রসগোল্লা টাটকা অপেক্ষা বাসী হইলে খাইতে আরো মধুর হয়।

পাকা আমের বদে।

এই পাকা আমের বদে যে কিরূপ মুখপ্রিয় ও সুস্বাদু তাহা লিখিয়া বর্ণনা করা যায় না।

জ্যেষ্ঠ আষাঢ় মাসে পাঠক পাঠিকারা এই দ্রব্য প্রস্তুত করিয়া দেখিবেন। একবার আহার করিলে ইহ জন্মে আর কখন ইহার আস্বাদন বিস্মৃত হইতে পারিবেন না। ইহা প্রস্তুত করিতে হইলে নিম্ন লিখিত উপকরণ গুলি সংগ্রহ করিতে হয়।

ভাল গাওয়া ঘৃত	⁄১ সের
একতার বন্ধ চিনির রস	⁄১।০ সের
ছোলার ডালের বেশম	⁄।০ সের
সুমিষ্ট আমের রস	⁄২ সের
ছোট এলাচের গুড়া	এক তোলা

প্রথমে পাকা আমের রস ছাঁকিয়া তাহার সঙ্গে ছোলার ডালের বেশম মিশাইয়া উত্তমরূপে ফেনাইবে এবং ছোট এলাচের গুড়া তাহার সহিত মিশ্রিত করিয়া দিবে। তাহার পর ঘৃত চড়াইয়া ঝাঝরির দ্বারায় সেই গোলা লইয়া বদে ভাজিবে ও অপর আর একখান ঝাঝরির দ্বারায় সে গুলি ওলট পালট করিবে। উনুনের ঠিক পার্শ্বে একতার বন্ধ চিনির রস প্রস্তুত করিয়া রাখিবে। যখন দেখিবে বদে গুলির গা লাল হইয়া উঠিয়াছে, সেই সময় তুলিয়া রসে ফেলিবে,

তাহা হইলেই পাকা আমের বদে প্রস্তুত হইবে।

লেডিক্যানি।

প্রথমে একসের ছানাকে জলশূন্য করিবে। পরে এক পোয়া সুজীতে ঘৃতের ময়ান দিয়া, ছানার সহিত মিশ্রিত করিবে, তাহার পর ছানা বড়ার অপেক্ষা খুব বড় বড় করিয়া লেডিক্যানি গড়িবে এবং ভিতরে অল্প করিয়া ডেলা ক্ষীরের পুর দিয়া ঘৃতে ভাজিয়া ফেলিবে, যখন দেখিবে সে গুলির রং লাল হইয়াছে, সেই সময় চিনির রসে ফেলিবে এবং রস হইতে তুলিয়া দোবরা চিনি মাখাইয়া থালায় সাজাইয়া রাখিবে। ছানা বড়া ও লেডিক্যানির পাক প্রায় এক প্রকার, কিন্তু আস্বাদনে ছানাবড়া অপেক্ষা লেডিক্যানি শত গুণে শ্রেষ্ঠ। অনেকে বলেন যে ভারতবর্ষের ভূতপূর্ব্ব রাজ প্রতিনিধি লর্ড ক্যানিংয়ের গুণবতী পত্নীর নাম চিরস্মরণীয় করিবার উদ্দেশে ইহার লেডিক্যানিং নাম রাখা হইয়াছে।

কুমড়ার মেঠাই।

কুমড়ার মেঠাই অতি সুখাদ্য, সহজে জীর্ণ হইয়া থাকে, সেই জন্য অজীর্ণ রোগগ্রস্ত রোগীরা ইহা আহার করিয়া থাকে। এক্ষণে ইহার প্রস্তুত প্রণালী লিখিত হইতেছে।

প্রথমে বেশ পাকা অথচ পুরাতন ছাচি কুমড়ার খোলা ছাড়াইয়া খণ্ড খণ্ড করিয়া কাটিবে, এবং সমস্ত বিচি গুলি ফেলিয়া দিবে। তাহার পর একটী শলাকা দ্বারায় সেই কুমড়া গুলির গায়ে ছিদ্র করিবে। অনন্তর দেড় সের চিনির রসের সহিত কুমড়া গুলি জালে চড়াইবে। যখন দেখিবে, রস বেশ ঘন ঘন হইয়া আসিতেছে সেই সময় জাল হইতে নামাইয়া পাক পাত্রের চারি দিকে কুমড়া গুলি সাজাইয়া পাখার বাতাস দিবে শীতল হইলেই কুমড়ার মেঠাই প্রস্তত করা হইবে।

সীতাভোগ।

প্রথমতঃ দেড়পোয়া আন্দাজ খাসা এক ছটাক ঘৃতের ময়ান দিতে হইবে। তাহার পর উহার সহিত পরিমাণ মত টাটকা নীরস ছানা মিশাইবে।

তাহার পর উত্তম গাওয়া ঘৃত আলে চড়াইয়া সরু বিদ বিশিষ্ট ঝাঝরির দ্বারায় ঐ মিশ্রিত পদার্থের বলে ভাজিবে, উত্তমরূপে ভাজা হইলে, সেই দানা গুলি একতার বন্ধ কাশীর চিনির রসে ফেলিবে। তাহার পর অপর আর একটী পাত্রে তুলিয়া মিহিদানার মত মেচাই বাধিবে, তাহা হইলেই সীতাভোগ প্রস্তুত হইবে। সীতাভোগ অতি উপাদেয় মিষ্টান্ন, বর্দ্ধমান সীতাভোগের জন্য বিখ্যাত।

ছানার মুড়কি।

প্রথমতঃ ছানার উপর কোন ভারি দ্রব্য চাপাইয়া সমস্ত জল বাহির করিয়া ফেলিবে; যখন ছানা খুব নিরস ও শক্ত হইবে, সেই সময় ছুরির দ্বারায় ডুমো ডুমো করিবে এবং চিনির রস প্রস্তুত করিয়া তাহাতে ছানার ডুমি গুলি উত্তম রূপে সিদ্ধ করিবে, তাহা হইলেই ছানার মুড়কি প্রস্তুত হইবে।

ছানার পায়স।

ছানার পায়স অতি উপাদেয় খাদ্য, ইহা

প্রস্তুত করিতে হইলে নিম্ন লিখিত উপকরণ গুলি সংগ্রহ করিতে হয়।

ভাল টাট্‌কা ছানা	/১ সের
খাটী দুগ্ধ	/৪ সের
চিনি	অর্দ্ধ সের
পেস্তার কুচি	দুই তোলা
বাদাম কুচি	এক তোলা
কিসমিস	দুই তোলা
গোলাপ জল	অর্দ্ধ ছটাক

প্রথমে চিনির রস প্রস্তুত করিবে এবং সেই রস গরম থাকিতে থাকিতে, উহাতে ছানা দিয়া খুন্তির দ্বারায় অনবরত নাড়িতে থাকিবে। যখন দেখিবে ছানা রসে বেশ মিশিয়া গিয়াছে, সেই সময় আঁচ হইতে নামাইয়া একটী পাত্রে ঢাকা দিয়া রাখিবে। তাহার পর অপর একটি কড়ায় ঐ চারি সে দুগ্ধ আঁচে চড়াইয়া নাড়িতে থাকিবে, যখন অর্দ্ধেক দুগ্ধ মরিয়া যাইবে, সেই সময় রস মিশ্রিত ছানা তাহাতে ঢালিয়া দিবে ও খুব অল্প আঁচে সিদ্ধ করিতে হইবে। যখন ফুটীতে থাকিবে সেই সময় বাদাম কিসমিস ও পেস্তা তাহাতে নিক্ষেপ করিবে ও উত্তমরূপে

নাড়িতে থাকিবে। কারণ ধরিয়া গেলে একে বারে বিস্বাদ হইবে। যখন দেখিবে বেশ ঘন হইয়া আসিতেছে, সেই সময় অল্প পরিমাণে গোলাপ জল দিয়া নামাইয়া ফেলিবে। এই ছানার পায়স প্রস্তুত করা বড় কঠিন নহে, ইচ্ছা করিলে সকলেই ইহা গৃহে প্রস্তুত করিতে পারেন। উৎকৃষ্ট কাঁচা গোল্লা অপেক্ষা ছানার পায়সের আস্বাদন অতি উত্তম হইয়া থাকে।

ছানার মালপোয়া।

প্রথমতঃ ছানার জল বাহির করিয়া বাটিয়া লইবে এবং সুজীর সহিত মিশ্রিত করিবে। পরে উপযুক্ত পরিমাণে দুগ্ধ মিশ্রিত করিবে। তাহার পর গোলমরিচের গুড়া, মৌরী ও ছোট এলালের দানা তাহার সহিত মিশাইয়া মালপোয়ার ন্যায় ঘৃতে ভাজিয়া চিনির রসে ফেলিবে, তাহা হইলেই ছানার মালপোয়া প্রস্তুত হইবে, অন্যান্য মালপোয়ার অপেক্ষা এই ছানার মালপোয়া নিতান্ত উপাদেয় হইয়া থাকে।

কিসমিসের মোহনভোগ।

কিসমিসের মোহনভোগ প্রস্তুত করিতে হইলে নিম্ন লিখিত উপকরণ গুলি সংগ্রহ করা প্রয়োজন।

কিসমিস	৵১ সের
ঘৃত	৵। পোয়া
চিনি	৵॥ সের
ছোট এলাচের দানা	অর্দ্ধ তোলা
তেজপাত	৪ খানা
কর্পূর	সামান্য

প্রথমে পরিষ্কার জলে কিসমিস গুলি ধুইয়া ফেলিবে ও বোটা গুলি বাছিয়া লইবে। তাহার পর জালে ঘৃত চড়াইয়া তেজপত্র কয়েকখানি ঐ ঘৃতে নিক্ষেপ করিবে। ঘৃত পাকিয়া আসিলে কিসমিস গুলি তাহাতে নিক্ষেপ করিয়া খুন্তির দ্বারা অনবরত নাড়িতে থাকিবে। যখন দেখিবে কিসমিস গুলি গলিয়া আসিতেছে, সেই সময় চিনির রস প্রস্তুত করিয়া তাহাতে ঢালিয়া দিবে এবং অনবরত নাড়িতে থাকিবে। যখন দেখিবে ঘন হইয়া আসিতেছে, সেই সময় ছোট এলাচের দানা ও অল্প পরিমাণ মত কর্পূর দিয়া নামাইয়া

ফেলিবে। এই কিস্‌মিসের মোহনভোগ অতি উপাদেয় ও মুখ প্রিয় হইয়া থাকে।

তেউটী।

বিষ্ণুপুর ও বাঁকুড়া অঞ্চলে এই তেউটীর সমধিক প্রচলন আছে। প্রস্তুত করিতে পারিলে ইহার আস্বাদন মন্দ হয় না। তেউটী প্রস্তুত করিতে হইলে নিম্ন লিখিত উপকরণ গুলি সংগ্রহ করা আবশ্যক।

মাষ কলাইয়ের আটা	আধ সের
ছোলার বেসম	এক পোয়া
সবেদা	এক পোয়া
ঘ্বত	তিন পোয়া
চিনি	এক সের
শুটের গুড়া	এক তোলা
কর্পূর	এক রতি
ছোট এলাচের দানা	এক তোলা

এই সমস্ত উপকরণ গুলি একত্র করিয়া অল্প জল দিয়া আটা আটা মতন করিবে। তাহার পর ঘ্বত চড়াইয়া পাক করিয়া লইলেই তেউটী প্রস্তুত হইয়া থাকে।

নান্ খাতাই।

নান্ খাতাই প্রস্তুত করিতে পারিলে ইহার আস্বাদন মন্দ হয় না। ইহা প্রস্তুত করিতে হইলে নিম্ন লিখিত উপকরণ গুলি সংগ্রহ করিতে হয়।

সুজি	৴১ সের
চিনি	দেড় পোয়া
ঘৃত	আধ সের
মৌরী চূর্ণ	আধ তোলা
গরম মসলা	এক তোলা

প্রথমে সুজিকে ঘৃত ও চিনির সহিত মিশাইয়া ফেলিবে, ও মসলা গুলি তাহাতে নিক্ষেপ করিবে। পরে ছোট ছোট টিকলি প্রস্তুত করিয়া ঘৃতে ভাজিবে। যখন সে গুলির রং বাদামি হইবে, সেই সময় নামাইয়া ফেলিবে, তাহা হইলেই নান্ খাতাই প্রস্তুত হইবে।

রাবড়ি।

উৎকৃষ্ট রাবড়ি প্রস্তুত করিতে হইলে নিম্ন লিখিত উপকরণ গুলি সংগ্রহ করিতে হয়।

খাটী দুগ্ধ	পাচ সের

মিছরির গুড়া	এক পোয়া
ছোট এলাচের গুড়া	এক তোলা
গোলাপী আতর	অল্প পরিমাণ

প্রথমতঃ দুগ্ধে অল্প চুণেরজল মিশাইয়া জ্বালে চড়াইবে, যে সময় বেশ ফুটিতে থাকিবে, সেই সময় পাখার বাতাস দিতে আরম্ভ করিবে, এবং একটী সরু কাটী দিয়া পাতলা পাতলা সর গুলি তুলিয়া কড়ার গায়ে লাগাইয়া রাখিবে। এই প্রকারে যেমন সর পড়িতে থাকিবে, অমনি তাহা কড়ার গায়ে লাগাইতে হইবে, এবং মধ্যে মেধ্য দুদ নাড়িয়া দিবে। একসের আন্দাজ দুদ অবশিষ্ট থাকিতে কড়ার গায়ের সমস্ত সর দুদে মিশাইয়া দিবে, এবং এই সময় ছোট এলাচের গুড়া আতর ও মিছরির গুড়া, তাহাতে মিশাইবে, তাহা হইলেই উৎকৃষ্ট রাবড়ি প্রস্তুত হইবে।

খাসা মোণ্ডা।

খাসা মোণ্ডা প্রস্তুত করিতে হইলে এই সকল উপকরণ সংগ্রহ করা আবশ্যক।

ছানা	।৩ সের
পাকা রস	পাঁচ পোয়া

তেলা ক্ষীর	আধ পোয়া
পেস্তার কুচি	এক ছটাক

প্রথমতঃ ছানাকে সম্পূর্ণরূপে জল শূন্য করিয়া উত্তমরূপে বাটিয়া ফেলিবে। পরে চিনির রস জ্বালে চড়াইবে, যখন ফুটিয়া উঠিবে। সেই সময় বাটা ছানা তাহাতে নিক্ষেপ করিবে, এবং তাড়ু দ্বারায় অনবরত নাড়িতে আরম্ভ করিবে। খানিক ক্ষণ পরে ক্ষীর টুকুন তাহাতে দিয়া পূর্ব্ববৎ নাড়িতে থাকিবে। অনবরত নাড়িতে নাড়িতে যখন দেখিবে চিট্ ধরিয়া আসিতেছে, সেই সময় জ্বাল হইতে নামাইয়া ফেলিবে, এবং পেস্তা কুচি গুলি মিশ্রিত করিয়া দিবে। শীতল হইলে ইচ্ছা মত মোণ্ডা পাকাইয়া লইবে।

মেদো মোণ্ডা।

একসের ছানায় একসের চিনির রস মিশাইয়া জ্বালে চড়াইবে, এবং তাড়ুর দ্বারায় অনবরত নাড়িতে থাকিবে। তাহা না হইলে আকিয়া যাইবে, এবং সমস্ত মোণ্ডা বিস্বাদ হইবে। এই রূপ নাড়িতে নাড়িতে যখন চিট্ ধরিবে, সেই সময় পাক হইতে নামাইলে, এবং কিঞ্চিৎ ছোট

এলাচের গুড়া মিশাইয়া গোল্লা পাকাইবে। গোল্লা পাকানো হইলে একটী লইয়া বারকোসের উপর খুব জোরে ফেলিবে তাহা হইলে চেপটা হইয়া যাইবে। পরে দুই খানি লইয়া যোড়া দিবে, কিয়ৎ কাল পরে তাহা আটিয়া যাইবে। এইরূপ যোড়া সন্দেশকে দেদো মোণ্ডা কহে।

কস্তুরো সন্দেশ।

ছানা বাটা	এক সের
চিনির রস	তিন পোয়া
বাদাম বাটা	আধ পোয়া
পেস্তার কুচি	এক ছটাক
গোলাপী আতর	৪ ফোঁটা

ছানা বাট বাদাম বাটা ও চিনির রস একত্রে মিশাইয়া জ্বালে চড়াইবে ও তাড়ু দিয়া ঘন ঘন নাড়িতে থাকিবে। যে সময় দেখিবে অল্প অল্প চিট ধরিয়াছে, সেই সময় জ্বাল হইতে নামাইয়া পেস্তা ও আতর মিশাইয়া ক্রমাগত তাড় দিয়া নাড়িতে থাকিবে, খানিকক্ষণ এইরূপ নাড়তে নাড়িতে আটিয়া আসিবে। সেই সময় প্রথমে গোল্লার মতন পাকাইয়া পরে ছাচে পুরিয়া কস্তুরো সন্দেশ প্রস্তুত করিবে।

নুতন গুড়ের সন্দেশ।

নূতন গুড়ের সন্দেস প্রস্তুত করিতে হইলে আড়াই পোয়া ভাল গুড়, দেড় পোয়া ছানার সহিত মিশাইয়া জালে চড়াইবে এবং তাড়ু দ্বারা নাড়িতে আরম্ভ করিবে। যখন দেখিবে বেশ টগবগ করিয়া ফুটিতেছে, সেই সময় জাল হইতে নামাইয়া বীজ মারিতে হইবে। খুলি বা কড়ার গায়ে এক কাঁচো আন্দাজ চিনি দিয়া উত্তমরূপে নাড়িয়া পাকের সঙ্গে মিশাইয়া দেওয়াকে বীজ-মারা কহে; বীজ মারা হইলে অতি শীঘ্র পাক আটিয়া যাইবে; সেই সময় বারকোশে সন্দেশের পাক ঢালিয়া ফেলিবে এবং বাদাম ও পেস্তার কুচি এবং দুই তিন ফোঁটা গোলাপী আতর তাহার সহিত মিশাইবে; পরে একবার উত্তম রূপে চটকাইয়া গোল্লা বা যে রকম ইচ্ছা হইবে, সেই রকম সন্দেশ প্রস্তুত করিবে; নলেনরে খুব উত্তম গুড় এবং টাটকা দেশী ছানা হইলে নুতন গুড়ের সন্দেশ খুব সুস্বাদ হইয়া থাকে।

তালশাসের সন্দেশ।

এক সের চিনির রস ও এক সের বাটা ছানা

একত্রে করিয়া জ্বালে চড়াইবে এবং ফুটিতে আরম্ভ করিলে তাড়ুর দ্বারা অনবরত নাড়িতে হইবে; পরে যে সময় দেখিবে যে বেশ চিট ধরিয়াছে, সেই সময় আঁচ হইতে নামাইয়া একটা বিড়ার উপর বসাইবে এবং তাড়ু দিয়া পূর্ব্ববৎ নাড়িতে থাকিবে, এইরূপ নাড়াকে ভিয়ান করা কহে। ভিয়ান ঠিক হইলে একখানি বারকোশে ঢালিয়া হাতে উত্তমরূপে চটকাইবে; পরে গুটি কাটিয়া তালশাসের ছাচের মধ্যে পুরিয়া খোল করিয়া লইবে এবং ৪।৫ ফোঁটা গোলাপী আতর তাহার ভিতর দিয়া তলা আটিয়া ছাচ হইতে বাহির করিবে ও একখানি থালায় সাজাইয়া রাখিবে; এই তালশাস সন্দেশ পাক করিতে পারিলে অতি সুখাদ্য হইয়া থাকে এবং তালশাসের জলের ন্যায় সেই গোলাপ জল কিঞ্চিৎ পরিমাণে মুখের মধ্যে আসে।

আব সন্দেশ।

প্রথমতঃ এক সের কাশীর চিনির রস আঁচে চড়াইবে; রস গরম হইয়া উঠিলে এক সের দেশী বাটা ছানা তাহাতে নিক্ষেপ করিয়া তাড়ুর

দ্বারায় অনবরত নাড়িতে হইবে। অতি সাবধানে সন্দেশ ভিয়ান করিতে হয়। সামান্য মাত্র আকিয়া গেলে, সমস্ত সন্দেশ বিস্বাদ হইয়া যাইবে। পাক করিতে করিতে যখন চিট ধরিবে সেই সময় খুলি নামাইয়া একটা বিড়ার উপর বসাইয়া তাডু দিয়া নাড়িতে থাকিবে এবং বাদাম পেস্তা কুচি ও ছোট এলাচের দানা তাহার সঙ্গে মিশ্রিত করিয়া দিবে। পরে গুটি কাটিবে এবং প্রত্যেক বার আমাদার রস ছাচের গায়ে মাখাইয়া সেই গুটি দিয়া সন্দেশ গড়িবে, তাহা হইলে আম সন্দেশ প্রস্তুত হইবে। আম সন্দেশ আহার করিবার সময় কচি আমের গন্ধ বহির্গত হইতে থাকে, অথচ ইহার আস্বাদন সাতিশয় মনরম হইয়া থাকে।

সর চুর্ণ।

সর চুর্ণ অতি উপাদের খাদ্য দ্রব্য, সর ভাজা কি সর পুরিয়ার সহিত ইহার তুলনা হইতে পারে না। সর হইতে যত প্রকার মিষ্টান্ন প্রস্তুত হইয়া থাকে, এই সর চুর্ণ তাহাদের মধ্যে প্রধান সর চুর্ণ

প্রস্তুত করিতে হইলে নিম্ন লিখিত উপকরণ গুলি সংগ্রহ করিতে হয়।

দুধের সর	/২ সের
বাদাম	আধ পোয়া
পেস্তা	আধ পোয়া
ছোট এলাচ চূর্ণ	দুই আনা
লবঙ্গ চূর্ণ	দুই আনা
কর্পুর	আধ রতি
কস্তুরী	এক পোয়া
গোল মরিচ চূর্ণ	সিকি ভরি
মিছরীর রস	এক সের

প্রথমে প্রথামত সর চড়াইয়া দুই সের আন্দাজ সর চাটু করিয়া কাঠের আগুনের উপর বসাইবে। তাহা হইলে সমস্ত দুগ্ধ মরিয়া যাইয়া সর গুলি বেশ নীরস হইবে। সেই সময় ছুরির ধারায় খণ্ড খণ্ড করিয়া ঘৃতে ভাজিয়া ফেলিবে। যখন দেখিবে সরগুলি বেশ লালবর্ণ হইয়াছে, সেই সময় বাদাম বেস্তার কুচি গুলি তাহার উপরে ছড়াইয়া দিবে এবং ছোট এলাচ চূর্ণ লবঙ্গ চূর্ণ কর্পুর, কস্তুরী ও গোলমরিচ চূর্ণ গুলি মিশাইয়া উপরে মিছরির রস কিঞ্চিৎ ঢালিয়া দিবে।

তাহার পর খুব মৃদু আঁচে বসাইয়া রাখিবে এবং আস্তে আস্তে নাড়িয়া দিবে, যে সময় রসে দানা বাঁধিবে ও সরের উপরে বসিয়া যাইবে, সেই সময় নামাইয়া রাখিবে। তাহা হইলে উত্তম সর চূর্ণ প্রস্তুত হইবে।

ক্ষীরের পানতুয়া।

পাঁচ ছটাক সবেদায় আধ ছটাক উত্তম ঘৃতের ময়ান দিয়া মাখিবে এবং পরে এক সের ক্ষীরের সহিও তাহা মিশ্রিত করিবে। পরে হাতে করিয়া উত্তমরূপে চটকাইয়া পানতুয়া গড়িবে, এবং ভিতরে দুই একটা করিয়া ছোট এলাচের দানা দিবে। তাহার পর ঘৃতে ভাজিয়া চিনির রসে ফেলিলে ক্ষীরের পানতুয়া হইয়া থাকে। এই পানতুয়া খাইতে এতদূর উপাদেয় হয়, যে লোকে ভরা পেটে ও ৮। ১০টা অনায়াসে ধ্বংস পুরে পাঠাইয়া থাকে।

ঘিওর।

প্রথমে একসের ময়দায় এক ছটাক ময়ানদিয়া পাৎলা করিয়া জলে গুলিবে এবং উত্তমরূপে

ফেটাইতে থাকিবে। তাহার পর কড়ায় ঘৃতপূর্ণ করিয়া জ্বালে চড়াইবে। পাঠক মহাশয়দের যেন স্মরণ থাকে, এই ঘিওর প্রস্তুত করিতে হইলে অধিক ঘৃতের প্রয়োজন হইয়া থাকে। কারণ ঘিওর গুলি ঘৃতে না ভাজিলে তেমন উত্তম হয় না। ঘৃত পাকিয়া উঠিলে তাহাতে একটা কাঁটালা বসাইবে। শত শত বিশিষ্ট লোহার এক প্রকার ছাচকে কাঁটালা কহে। কাটালা বসানো হইলে কোন একটা পাত্রে করিয়া সেই গোলা তাহাতে ঢালিবে এবং পরিপূর্ণ হইলেই থামিবে। সেই গোলা গরমে স্ফীত হইয়া ছিদ্র পথে প্রবিষ্ট করিয়া ঘিওরের আকার হইবে। তাহার পর কাটালা তুলিয়া সে গুলি উত্তমরূপে ভাজিয়া একখানি বারকোসে সাজাইয়া রাখিবে। অনন্তর অল্প কড়া পোঁছের চিনির রস প্রস্তুত হাতার দ্বারায় সেই ঘিওরের উপর ঢালিতে হইবে এবং রস পূর্ণ হইলে বন্ধ করিবে। তাহার রস শুষ্ক হইলেই তুলিয়া রাখিবে, ভাল কারিকর ভিন্ন অন্য কেহ ঘিওর প্রস্তুত করিতে পারে না, আমা-দের দেশ অপেক্ষা পশ্চিমাঞ্চলে, ইহার যথেষ্ট প্রচলন আছে।

পোস্তার বরফি।

আমাদের দেশে যেমন সন্দেশ, পশ্চিমে তেমনি বরফি, কারণ ছানার অভাবে তাহারা ক্ষীর ব্যবহার করিয়া থাকে। বরফি অনেক প্রকারের হইয়া থাকে। পূর্ব্বে আমরা প্রচলিত বরফির উল্লেখ করিয়াছি, এক্ষণে পেস্তার বরফির বিষয় লিখিত হইতেছে।

পেস্তার বরফি প্রস্তুত করিতে হইলে নিম্ন লিখিত উপকরণ গুলি সংগ্রহ করিতে হয়।

পেস্তা	এক পোয়া
ডেলা ক্ষীর	আধ পোয়া
ঘৃত	এক ছটাক
ছোট এলাচ চূর্ণ	সিকি ভরি
চিনির রস	আধ সের
গোলাপী আতর	তিন চারি ফোটা

প্রথমে পেস্তাগুলিকে জলে ভিজাইয়া, সমস্ত খোসাগুলি ছাড়াইয়া ফেলিয়া বাটিবে। তাহার পর এক ছটাক ঘৃত জালে চড়াইয়া, তাহাতে পেস্তা বাটাকে কিঞ্চিৎ লালচে ধরণে ভাজিয়া লইবে। পরে ক্ষীরের সহিত ছোট এলাচ চূর্ণ মিশ্রিত করিয়া চিনির রস সহ তাহাতে ঢালিয়া

দিয়া অনবরত খুন্তি দ্বারায় নাড়িতে হইবে। সমস্ত গুলি মিশ্রিত হইয়া ক্রমে যখন গাঢ় হইয়া আসিবে সেই সময় অল্প পরিমাণে আতর দিয়া একখানি থালায় ঢালিয়া রাখিবে এবং শক্ত হইলেই বরফির আকারে কাটিয়া ব্যবহার করিবে। অনেকে বাহারের জন্য বরফির উপরে তবক বসাইয়া থাকেন।

সুরতির বরফি।

সুরতির বরফি প্রস্তুত করিতে হইলে এই সমস্ত দ্রব্য গুলি সংগ্রহ করিতে হয়।

ছোট এলাচের গুড়া	এক তোলা
জয়ত্রির গুড়া	এক তোলা
ক্ষীর	এক সের
চিনির রস	তিন পোয়া

প্রথমে ছোট এলাচ ও জয়ত্রির গুড়া একত্রে করিয়া ক্ষীরের সহিত উত্তমরূপে মিশাইবে। পরে উহাতে চিনির রস মিশাইয়া পাক করিবে। ঘন হইয়া আসিলে থালায় ঢালিবে এবং শীতল হইলে বরফির ন্যায় কাটিবে।

খেজুর রসের পায়স।

প্রথমে খেজুর রস জালে চড়াইবে, ফুটিতে আরম্ভ করিলে উপরে যে ফেণা ভাসিয়া উঠিবে, তাহা তুলিয়া ফেলিবে। পরে যখন সেই রসে বড় বড় ফুট উঠিতে থাকিবে, সেই সময় পরিমাণ মত চাউল ঢালিয়া দিবে। যখন দেখিবে চাউল গুলি সিদ্ধ হইয়াছে, সেই সময় তাহাতে দুগ্ধ ঢালিয়া দিয়া অনবরত নাড়িতে থাকিবে। পায়স রাঁধিতে হইলে খুব ঘন ঘন নাড়া আবশ্যক, কারণ কড়ার গায়ে সামান্য ধরিয়া গেলে সমস্ত পায়স বিস্বাদ হইয়া যাইবে। সেই আকা গন্ধ আর কিছুতেই বিনষ্ট হইবে না। সেই জন্য পায়স রাঁধিবার সময় খুব সাবধানে কাটি দেওয়া আবশ্যক। এইরূপ কাটি দিতে দিতে দুদ যখন ঘন হইয়া আসিবে, সেই সময় অল্প খেজুরে গুড় ও সামান্য কর্পূর দিয়া নামাইয়া লইবে। তাহা হইলেই উত্তমরূপ খেজুর রসের পায়স প্রস্তুত করা হইবে।

বদের পায়স।

প্রথমতঃ এক সের দুগ্ধ জালে চড়াইবে, যখন

বেশ ঘন হইয়া আসিবে, সেই সময় তাহাতে বাদাম ও পেস্তা কুচি, ছোট এলাচের দানা এবং চিনি মিশাইয়া উত্তমরূপে নাড়িতে আরম্ভ করিবে, পূর্ব্বে বদে ভাজিয়া রাখিবে, কিন্তু রসে ফেলিবে না। একণে সেই বদে গুলি দুগ্ধে নিক্ষেপ করিয়া উত্তমরূপে নাড়িতে থাকিবে এবং সামান্য পরিমাণ মত কর্পূর মিশ্রিত করিয়া নামাইয়া ফেলিবে। তাহা হইলেই বদের পায়স প্রস্তুত হইবে।

মানকচুর পায়স।

প্রথমে মানকচুকে চিড়ার ন্যায় খুব সরু সরু করিয়া কুটিবে এবং ফটকিরির জলে সিদ্ধ করিয়া লইবে। পরে সুসিদ্ধ হইলে শীতল জলে ধুইয়া গায়ের জল শুষ্ক করিবে। তাহার পর কড়ায় একটু ঘি চড়াইয়া তাহাতে তেজপাতা ও লবঙ্গ ছোট এলাচের ফোড়ন দিয়া সিদ্ধ কর, মানকচুর কুচি গুলি তাহাতে দিয়া কসিয়া লইবে; পরে দুগ্ধ অল্পে অল্পে ঢালিয়া জাল দিতে আরম্ভ করিবে। যখন দেখিবে প্রায় অর্দ্ধেক দুধ মরিয়া গিয়াছে, সেই বাদাম কিসমিস পেস্তা ও চিনি দিয়া আস্তে

আস্তে নাড়িতে আরম্ভ করিবে। যখন দেখিবে যে বেশ গাঢ় হইয়া আসিবে, সেই সময় সামান্য কর্পূর দিয়া নামাইবে। এইরূপ নিয়মে মান-কচুর পায়স প্রস্তুত করিতে হয়।

চিড়ের পিঠে।

পায়সের পর পিঠা দিবার নিয়ম আমাদের দেশে প্রচলিত আছে। সমস্ত প্রকার পিঠার উল্লেখ করা আমাদের এই ক্ষুদ্র পুস্তকে কোন প্রকারেই সম্ভব পায় না। কাজেই কয়েক প্রকার প্রধান পিঠার বিষয় উল্লেখ করিয়া নিরস্ত হইব।

চিড়ার পিঠা অতি উপাদেয় হইয়া থাকে। প্রথমে চিড়াগুলিকে বেশ পরিষ্কার করিয়া দুধে ভিজাইয়া রাখিবে। পরে যখন সে গুলি ভিজিয়া ফুলিয়া উঠিবে, সেই সময় সম পরিমাণ ছানা মিশ্রিত করিয়া চটকাইবে। হাতে না চটকাইয়া শীলে বাটিয়া ফেলিবে, তাহা হইলে আরো উৎকৃষ্ট হইয়া থাকে। তাহার পর সেই চিড়ার পুলি পিঠের ন্যায় খোল প্রস্তুত করিবে এবং সামান্য পরিমাণে ভেলা ক্ষীরে বাদাম পেস্তা ছোট

এলাচের দানা ও মিছরির গুড়ো একত্র করিয়া পুর প্রস্তুত করিবে তাহার পরে সেই পুর দিয়া পিঠে গুলির মুখ বন্ধ করিয়া দিবে। এবং ঐ পিঠা গুলি ঘৃতে ভাজিয়া চিনির রসে নিক্ষেপ করিবে, তাহা হইলেই চিড়ার পিঠা প্রস্তুত হইবে।

ভাজা মুগের পিঠা।

সাধারণে ইহাকে মুগসামালী কহিয়া থাকে। প্রথমতঃ ভাজা মুগের ডাইল সিদ্ধ করিয়া তাহার সহিত পরিমাণ মত ময়দা মিলিত করিয়া ঠুসা প্রস্তুত করিবে। পরে নারিকেলের ছাই তাহার ভিতর পুর দিয়া তেলে কিম্বা ঘৃতে ভাজিয়া লইবে তাহা হইলে ভাজা মুগের পিঠা প্রস্তুত হইবে।

গোকুল পিঠা।

প্রথমতঃ খাঁটী দুধে ময়দা গুলিয়া তাহাতে পরিমাণ মত চিনি মিশাইবে। পরে ডেলা ক্ষীরে এলাচ দানা দিয়া এক একখানি গোল গোল চাক্তি প্রস্তুত করিয়া রাখিবে। অনন্তর কড়ায় ঘৃত চড়াইবে, ঘৃত পাকিয়া আসিলে সেই ক্ষীরের

চাক্তি পূর্ব্ব প্রস্তুত গোলায় ডোবাইয়া সেই ঘিতে ভাজিয়া, চিনির রসে ফেলিবে, তাহা হইলে গোকুল পিঠা প্রস্তুত হইবে। অন্যান্য পিঠা অপেক্ষা ইহার আস্বাদন শত গুণ শ্রেষ্ঠ হইয়া থাকে।

কলার পিঠা।

প্রথমতঃ চাউলের গুড়া কিম্বা ময়দা কলা দুদ ও চিনির সঙ্গে মিশাইয়া গোলা প্রস্তুত করিবে, এবং ছোট এলাচের গুড়া ইহার সঙ্গে মিশাইয়া দিবে। পরে তেল কিম্বা ঘি চড়াইয়া গুড় পিঠার ন্যায় অল্প অল্প গোলা দিয়া ভাজিয়া ফেলিবে, তাহা হইলেই কলার পিঠা হইবে। কলা প্রায় সকল সময় পাওয়া গিয়া থাকে, সেই জন্য সাধারণতঃ এই কলার পিঠার প্রচলন কিছু অধিক।

গোপাল ভোগ পিঠা।

প্রথমে এক সের মুগের দালের বেসীম খুব মিহি কাপড়ে ছাকিয়া ফেলিবে; পরে আধ সের ময়দা এক পোয়া সুজি, আধ তোলা

গরম মসলা, অৰ্দ্ধ সের গুড় বা চিনি, চাপা-কলা আট্টা নারিকেলকোরা এক পোয়া আধ পোয়া কৃষ্ণতিল ও সামান্য পরিমাণ কর্পূর একত্রে মিশ্রিত করিয়া গরম জল দিয়া চাসা তৈয়ারী করিবে, তাহার পর লেচি কাটিয়া গোল গোল করিয়া পাকাইবে, এবং ঘিতে কিম্বা তৈলে ভাজিয়া চিনির রসে ডুবাইয়া রাখিবে, তাহা হইলে গোপালভোগ পিঠা প্রস্তুত হইবে, এই পিঠা দুই এক দিনের বাসী করিয়া খাইলে আরো সুস্বাদ হইয়া থাকে।

পরিশিষ্ট মোরব্বা।

মোরব্বা অতি উপাদেয় খাদ্য দ্রব্য, রোগীরা অবধি অনায়াসে আহার করিতে পারে। বীর-ভূম অঞ্চল মোরব্বার জন্য বিখ্যাত আমরা পাঠক পাঠিকাদের অবগতির জন্য প্রধান প্রধান কয়েক প্রকার মোরব্বার উল্লেখ করিতেছি, ইচ্ছা করিলে এই পুস্তকের নিয়মানুসারে সকলেই গৃহে মোরব্বা প্রস্তুত করিতে পারিবেন।

বেলের মোরব্বা।

কাচা বেল গুলিকে ছাড়াইয়া চাক চাকা করিয়া কাটিবে, এবং একটা কাটী দিয়া সমস্ত বীচি গুলি বাহির করিয়া এক ঘণ্টা কাল ঠাণ্ডা জলে ভিজাইয়া রাখিবে ; হইলে আর আঠার নাম মাত্র থাকিবে না। তাহার পর চিনির রস চড়াইয়া তাহার সঙ্গে চাক চাকা বেল গুলি সিদ্ধ করিয়া লইলেই বেলের মোরব্বা প্রস্তুত হইবে, ইহার প্রস্তুত প্রণালী কঠিন নহে ; ইচ্ছা করিলে সহজেই গৃহে সকলেই প্রস্তুত করিতে পারেন।

কাঁচা আবের মোরব্বা।

প্রথমে আব গুলির খোসা ছাড়াইয়া ডুমো ডুমো করিয়া কাটিবে ; এবং চুণের জলে সে গুলি প্রায় অর্দ্ধ ঘণ্টা কাল ভিজাইয়া রাখিবে ; পরে শীতল জলে উত্তমরূপে ধুইয়া তাহাতে লবণ মাখাইয়া খানিক ক্ষণ কোন পাত্রে ঢাকা দিয়া রাখিবে। পরে গরম জলে আব গুলি সিদ্ধ করিয়া একতার বন্ধ চিনির রসে ছাড়িয়া দিবে, এবং খুব মৃদু জ্বালে পাক করিবে, রস যখন খুব ঘন হইয়া আবের গায়ে বসিয়া যাইবে সেই সময়

আঁচ হইতে নামাইয়া অন্য পাত্রে রাখিয়া দিবে, মোরব্বা সহজে খারাপ হয় না, যত্ন করিয়া রাখিলে ইহা অনেক দিন অবধি উত্তম অবস্থায় থাকে।

আদার মোরব্বা।

আদা অত্যন্ত উপকারি দ্রব্য, আয়ুর্ব্বেদ শাস্ত্রে ইহার অনেক গুণ লিখিত হইয়াছে, আদার তিনটী নাম যথা, শৃঙ্গব, কুটভদ্র ও আর্দ্রিকা। বোধ হয় আর্দ্রিকা হইতে আদা নাম হইয়াছে, আদা শুষ্ক হইয়া গেলে নিতান্ত বিস্বাদ হইয়া যায়, কিন্তু আদার মোরব্বা নিতান্ত মুখ প্রিয় হইয়া থাকে। আদার মোরব্বা করিতে হইলে নিম্ন লিখিত জিনিশ গুলি সংগ্রহ করিতে হয়।

আদা	৴১ সের
কালজামের ছেচা পাতা	১ ছটাক
পাথুরে চূণ	১ ঐ
গোলাপ জল	১ ভরি
ছোট এলাচ চূর্ণ	১ আনা।

কর্পূর ১ আনা
দারু চিনি ১ আনা

প্রথমে আদা গুলি উত্তমরূপে ছাড়াইয়া ১টা লোহার শলকা দ্বারায় শত শত ছিদ্র করিবে পরে চূণের জলে আদা গুলিকে তিন দিন পর্য্যন্ত ভিজাইয়া রাখিবে, চতুর্থ দিনে তুলিয়া শীতল জলে উত্তমরূপে ধুইয়া ফেলিবে; তাহায় জাম-পাতা গুলি ছেঁচিয়া তাহায় আদা গুলি দুই সের জলের সহিত জ্বালে চড়াইবে; বেশ সিদ্ধ হইয়া গেলে নামাইয়া পরিস্কার জলে তিন চারি বার উত্তমরূপে ধুইয়া ফেলিবে, তাহার পর অন্য আর একটা একতার বন্ধ চিনির রস জ্বালে চড়াইবে। যখন রস ফুটিতে থাকিবে, সেই সময় আদা গুলি তাহাতে ঢালিয়া দিবে, ক্রমে রস যখন ঘন হইয়া আসিবে, সেই সময় ছোট এলাচের চূর্ণ গোলাপ-জল দারুচিনি চূর্ণ ও কর্পূর দিয়া নামাইবে, তাহা হইলে আদার মোরব্বা প্রস্তুত হইবে।

কুমড়ার মোরব্বা।

কুমড়ার মোরব্বা রক্তপিত্ত রোগের ঔষধ ও পথ্য স্বরূপ ব্যবহৃত হইয়া থাকে, কুমড়ার

মোরব্বা প্রস্তুত করিতে হইলে নিম্ন লিখিত উপকরণ গুলি সংগ্রহ করিতে হয়।

কুমড়ার খণ্ড	এক সের
সবেদা	এক ছটাক
ফটকিরি	এক তোলা
ছোট এলাচ চূর্ণ	এক তোলা
গোলাপ জল	এক তোলা
চিনি	এক সের

খুব পুরাতন ছাচি কুমড়া না হইলে মোরব্বা হয় না। প্রথমে কুমড়াকে ছাড়াইয়া বীচি গুলি বাছিয়া ফেলিবে, এবং ডুমো ডুমো করিয়া কাটিবে, পরে শলকা দ্বারা কুমড়া গুলি গায়ে ছিদ্র করিয়া এক ঘণ্টা কাল শীতল জলে ভিজাইয়া রাখিবে, তাহার পর সবেদা ও ফটকিরি মাখাইয়া সিদ্ধ করিয়া পরিস্কার জলে উত্তমরূপে ধুইয়া ফেলিবে। অনন্তর চিনির রস জ্বালে চড়াইয়া কুমড়া গুলি তাহাতে ছাড়িয়া দিবে, এবং অন্যান্য প্রকার মোরব্বার ন্যায় সিদ্ধ করিবে, পরে রস ঘন হইয়া আসিলে গোলাপ জল ছোট এলাচ চূর্ণ দিয়া নামাইয়া রাখিবে, এই কুমড়ার মোরব্বা নিতান্ত মুখ প্রিয় হয়।

হরিতকীর মোরব্বা।

একসের হরিতকী লইয়া উত্তমরূপে শীতল জলে ধুইয়া ফেলিবে, এবং দুই সের জল দিয়া সিদ্ধ করিতে আরম্ভ করিবে। যখন দেখিবে বেশ সুসিদ্ধ হইয়াছে, সেই সময় নামাইয়া ফেলিবে; অনন্তর দুই তার বন্ধ চিনির রস প্রস্তুত করিয়া তাহাতে ঐ সিদ্ধ করা হরিতকী গুলি ছাড়িয়া দিবে, এবং রস গাঢ় হইয়া গেলে নামাইবে। এই হরিতকীর মোরব্বা বিশেষ উপকারী ও অজীর্ণ রোগীদের একান্ত সুখাদ্য হইয়া থাকে।

কামরাঙ্গার মোরব্বা।

কামরাঙ্গার মোরব্বা প্রস্তুত করিতে হইলে নিম্ন লিখিত উপকরণ গুলি সংগ্রহ করিতে হয়।

কামরাঙ্গা	একসের
দধি	আধ সের
ঘোল	এক সের
লবণ	একসের
চিনি	দুই সের
পাথুরে চুণ	তিন তোলা
পাতি লেবু	একটী

প্রথমে কামরাঙ্গা গুলির শির ছাড়াইয়া একটী মাটীর পাত্রে দুই ঘণ্টা শীতল জলে ভিজাইয়া রাখিবে, এবং কামরাঙ্গা গুলির গায়ে পাচ সাতটা ছিদ্র করিয়া দিবে। পরে চূণ জলে গুলিয়া তাহাতে এক ঘণ্টা কাল কামরাঙ্গা গুলি ভিজা-ইয়া রাখিবে। অনন্তর ঘোলে সে গুলি ডুবাইয়া সিদ্ধ করিতে চড়াইবে। যখন সিদ্ধ হইবে, তখন ঘোলের বর্ণ বিবর্ণ হইয়া যাইবে। এই সময় জ্বাল হইতে নামাইয়া পরিষ্কার জলে ধুইয়া উহাতে লেবুর রস দধি ও মাখাইবে। তাহার পর এক তার বদ্ধ চিনির রস প্রস্তুত করিয়া তাহাতে কামরাঙ্গা গুলি ঢালিয়া দিবে, এবং খুব মৃদু জ্বালে সিদ্ধ করিতে থাকিবে। রস ঘন হইয়া কামরাঙ্গার গায়ে যখন বসিয়া যাইবে, সেই সময় জ্বাল হইতে নামাইয়া অন্য পাত্রে তুলিয়া রাখিবে।

সুপারির মোরব্বা।

সুপারির মোরব্বা প্রস্তুত করিতে হইলে নিম্ন লিখিত উপকরণ গুলি সংগ্রহ করিবে।

কাঁচা সুপারি	একসের
পাথুরে চুণ	এক ছটাক

সোহাগ চূর্ণ	এক তোলা
ছোট এলাচের গুড়া	আধ তোলা
গোলাপ জল	এক তোলা

প্রথমে সুপারি গুলির খোলা ছাড়াইয়া বেশ পরিষ্কার করিবে। পরে সোহাগা চূর্ণ ও অর্দ্ধেক চূণ জলে গুলিয়া তাহাতে সুপারি গুলি চব্বিশ ঘণ্টা ভিজাইয় রাখিবে। পরে সাতসের জলে বাকী চূণ গুলিয়া আরো নয় ঘণ্টা কাল মৃদু আচে সিদ্ধ করিবে। তাহার পর জ্বাল হইতে নামাইয়া পরিষ্কার জলে ধুইয়া ফেলিবে। অনন্তর অন্য পাত্রে একতার বন্ধ চিনির রস চড়াইয়া তাহাতে সিদ্ধ করা সুপারি গুলি ছাড়িয়া দিবে। উত্তমরূপ পাক হইলে, তাহাতে ছোট এলাচ চূর্ণ ও গোলাপ জল মিশাইয়া নামাইবে। তাহা হইলে সুপারির মোরব্বা প্রস্তুত হইবে। আরো অনেক প্রকার দ্রব্যের মোরব্বা প্রস্তুত হইয়া থাকে। বাহুল্য ভয়ে আমরা তাহা প্রকাশ করিতে পারিলাম না।

বিস্কুট প্রস্তুত প্রণালী।

সাধারণতঃ বিস্কুট প্রস্তুত করিতে হইলে নিম্ন লিখিত উপকরণ গুলি সংগ্রহ করিতে হয়।

উৎকৃষ্ট ময়দা	দুই পাউণ্ড
কার্ব্বনেট অব এসোনিয়া	৩ ড্রাম
পরিষ্কার চিনি	৪ আউন্স
এরোরুট	এক আউন্স
মাখম	৪ আউন্স
ডিম	একটী

এই সমস্ত জিনিস গুলি অল্প পরিমাণ দুগ্ধ দিয়া একত্র করিয়া মাখিবে, এবং পুরু করিয়া বেলিয়া ইচ্ছা মতন টিকলি কাটিয়া উনুনে কিম্বা চুলে ১৫ মিনিট কাল পাক করিবে, তাহা হইলেই বিস্কুট প্রস্তুত হইবে। এক পাউণ্ড আমাদের দেশের আধ সের হইতে কিছু কম।

জিনজার বিস্কুট।

ভাল ময়দা	২ পাউণ্ড
চিনি	৩ আউন্স
মাখম	৩ আউন্স
জিনজার গুড়া	২ আউন্স
দুগ্ধ	সামান্য পরিমাণ

এই সকল উপকরণ গুলি দুগ্ধের সহিত মাখিয়া কাদার ন্যায় করিবে। পরে উহার দ্বারায় ক্ষুদ্র

ক্ষুদ্র বিস্কুট গড়িয়া অগ্নিতাপে পাক করিলেই বিস্কুট প্রস্তুত হইবে।

সাগু।

এক তোলা সাগু আধ সের জলে দুই ঘণ্টা কাল ভিজাইয়া রাখিবে। তাহার পর ১৫ মিনিট কাল অগ্নিতাপে ফুটাইবে, এবং উত্তমরূপে কাটী দিয়া নামাইয়া ফেলিবে। রোগীর পীড়া বিবেচনায় ইহতে লেবু লবণ ও মিছরি মিশ্রিত করা কর্ত্তব্য।

এরারুট।

উত্তম এক তোলা এরারুট আড়াই পোয়া জলে মিশ্রিত করিয়া জ্বালে চড়াইবে, এবং কাটী দ্বারায় উত্তমরূপে আলোড়ন করিবে। এইরূপে ১০ মিনিট কাল জ্বালে রাখিয়া এরারুট নামাইবে। সাগুর ন্যায় রোগীর পীড়ার অবস্থা বুঝিয়া লবণ লেবুর রস দুগ্ধ ও মিছরি মিশ্রিত করা আবশ্যক। সাগু অপেক্ষা এরারুট লঘু কাজেই রোগীদের পক্ষে বিশেষ উপযোগী।

মান মণ্ড।

অজীর্ণ রোগগ্রস্থ ব্যক্তিদের জন্য কবিরাজ

মহাশয়েরা মানমণ্ড ব্যবস্থা করিয়া থাকেন। প্রথমে মানকচু ছাড়াইয়া রৌদ্রে উত্তমরূপে শুষ্ক করিয়া চূর্ণ করিয়া ফেলিবে, ও খুব পাতলা নেকড়া দিয়া ছাকিবে। তাহার পর দুই ভাগ মানের গুড়া ও এক চাউলের গুড়া একত্র করিয়া ১৯ গুণ জলের সহিত পাক করিলে মানমণ্ড প্রস্তুত হইয়া থাকে।

খৈ ও যবের মণ্ড।

যবের খোসা ছাড়াইয়া রৌদ্রে শুষ্ক করিবে, এবং চূর্ণ করিয়া ফেলিবে, এইরূপ চূর্ণ এক ছটাক একসের জলে সিদ্ধ করিয়া ছাকিয়া লইলে যবের-মণ্ড প্রস্তুত করিবে। গরম জলে খৈ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া লইলে খৈ যবের মণ্ড প্রস্তুত হইয়া থাকে।

সুজির রুটী।

আবশ্যক মত সুজি লইয়া আধ ঘণ্টা জলে ভিজাইয়া রাখিবে। পরে উত্তমরূপে ঠাসিয়া ডেলা করিবে। অনন্তর একটী পাত্রে জল আঁচে চড়াইবে। যখন জল ফুটিতে থাকিবে, সেই সময় সুজির ডেলা তাহাতে নিক্ষেপ করিবে। ১৫ মিনিট কাল এইরূপে সিদ্ধ করিয়া

হাতে চট্‌কাইয়া, পাতলা পাতলা রুটী গড়িয়া সেকিয়া লইবে। তাহা হইলে সুজির রুটী তৈয়ারী হইবে। এই প্রকার সুজির রুটী রোগী-দের উপযোগী।

মাংসের জুষ।

ছাগ কপোত কুক্কুট ও তিওরী প্রভৃতি মাংসে জুষ প্রস্তুত হইয়া থাকে। প্রথমে এক পোয়া মাংস চর্ব্বি শূন্য করিয়া ক্ষুদ্র২ করিয়া কাটিবে, এবং দেড় ঘণ্টা কাল জলে ভিজাইয়া রাখিবে, তাহার পর অল্প লবণ হরিদ্রা আস্তো ধনে দিয়া দেড় সের জল সহ আঁচে চড়াইবে, এবং মৃদু মৃদু জ্বাল দিতে আরম্ভ করিবে। অনন্তর আধ সের থাকিতে নামাইয়া একটী কাঁচ বা মাটীর পাত্রে ঝোল ও মাংস স্বতন্ত্র করিয়া রাখিবে। তৎপরে মাংস হইতে ক্কাথ বাহির করিয়া ঝোলের সহিত মিশাইয়া একটী পরিস্কার নেকড়া দিয়া ছাকিয়া ফেলিবে। পরে দুখানি তেজপত্র কড়ি ভোর ঘি ও মৌরী দিয়া সাতলাইয়া ফেলিবে। তাহা হইলে রোগীদের খাইবার উপযুক্ত মাংসের জুষ প্রস্তুত হইবে।

ওলের আচার।

ওলের আচারের প্রয়োজন হইলে নিম্ন লিখিত দ্রব্য গুলি সংগ্রহ করিতে হয়।

ওল	।/১ সের
তেঁতুল পাতা	।/১ সের
সর্ষপ	আধ পোয়া
লবণ	৪ তোলা
সরিষার তেল	।/১। পোয়া

প্রথমে খোসা সমেত ওলকে ডুমো ডুমো করিয়া তেতুল পাতার সহিত অতি উত্তমরূপে সিদ্ধ করিতে হইবে। তাহার পর শীতল জলে উত্তমরূপে ধুইয়া খোসা গুলি উঠাইয়া ফেলিবে। তাহার পর সরিষা বাটা ও লবণ মাখাইয়া দুই তিন দিন রৌদ্রে উত্তমরূপে শুকাইবে, এবং পরে খাঁটী সরিষার তেলে ফেলিয়া রাখিবে। সাত দিনের পর হইতে ব্যবহার চলিতে পারে।

বেগুনের আচার।

বেগুনের আচারে এই সকল উপকরণের আবশ্যক

বেগুণ	।/১ সের
সরিষার তেল	তিন পোয়া
আদা ৪ তোলা	কালজীরা দুই তোলা

কাঁচা আমছেচা দেড় পোয়া
লবণ ছয় তোলা

প্রথমে বেগুণের বোটার দিকে কাঁটিয়া, ভিতর কুরিয়া শাস্য গুলি ফেলিয়া দিবে, বেগুণের যে খোল হইয়াছে, সেই খোলে কালজীরা লবণ ও ছেচা আম পুরিয়া বোটার দ্বারায় মুখ বন্ধ করিয়া দিবে। তাহার পর সেই বেগুন রোদে শুকাইবে। যখন বেগুণের উপরের বর্ণ বিবর্ণ হইয়াছে, সেই তেলে ভিজাইয়া রাখিবে। তাহা হইলেই বেগুণের আচার প্রস্তুত হইবে।

আদার আচার।

আদার আচার করিতে হইলে এই সকল উপকরণ সংগ্রহ করিতে হয়।

আদা /১ সের লবণ এক পোয়া
মরিচ চূর্ণ এক তোলা
কাগজিলেবুর রস /১ সের

আদার ছাল গুলি ছাড়াইয়া পরিস্কার জলে উত্তমরূপে ধুইয়া ফেলিবে। তাহার পর আদা গুলিকে খণ্ড খণ্ড করিয়া তাহাতে মরিচ চূর্ণ ও লবন মাখাইয়া কাগজিলেবুর রসে সপ্তাহ কাল ভিজাইয়া [illegible] রৌদ্রে দিবে।

তাহা কোন পাথরের কি মাটীর পাত্রে সেই আদা গুলি তুলিয়া রাখিবে। তাহা হইলেই আদার আচার প্রস্তুত হইবে।

কুলপি বরফ।

কুলপি বরফ প্রস্তুত করিতে হইলে কতক গুলি টিনের কুলপি প্রস্তুত করিতে হয়। পরে সেই কুলপির মধ্যে ইচ্ছা মত মালাই কিম্বা লেবুর সরবৎ প্রস্তুত করিয়া পুরিয়া উত্তম-রূপে মুখ বন্ধ করিয়া দিবে, এবং একটা হাড়ির মধ্যে সে গুলি সাজাইয়া যথেষ্ট পরিমাণ কাচা বরফ চূর্ণ করিয়া চাপা দিবে, এবং উপরে লবণ ছড়াইয়া সেই হাঁড়িটা অনবরত নাড়িতে হইবে। এইরূপ ১৫ মিনিট নাড়িতে নাড়িতে সমস্ত কুলপি গুলি জমিয়া যাইবে।

বন্ বন্।

দশ গ্রেণ সেণ্টনাইল্ আবশ্যক মত চিনির সহিত মিশাইয়া বড়ি প্রস্তুত করিলে, তাহাকে বন্ বন্ কহে। এই খাইলে কৃমি আরোগ্য হইয়া থাকে।

সমাপ্ত।